ক
১১৮৯

জীবন শিক্ষা

সংস্কৃত চন্দ্রিকার প্রতিষ্ঠাতা এবং ব্রাত্য
কায়স্থচন্দ্রিকা ইত্যাদি প্রণেতা
শ্রীজয়চন্দ্র সিদ্ধান্তভূষণ-
প্রণীত।

৺কাশীধাম
শ্রীবটুকদেব মুখোপাধ্যায় এম্, এ দ্বারা
প্রকাশিত।

মূল্য ১৲ এক টাকা।

প্রকাশকের নিবেদন।

কিছুদিন পূর্ব্বে বিলাতের বিখ্যাত ডাক্তার স্যর টমাস্ ব্রাউনের উক্তির মধ্যে পাঠ করি,—

Life owes every man a hundred years and it is each man's duty to see that this debt is properly realised.

কিন্তু কিরূপে এই ঋণ আদায় করা সম্ভব সে সম্বন্ধে কোন কথাই তিনি বলেন নাই। সেই সময় হইতেই মনে হইত আমাদের আর্যশাস্ত্রেই স্বাস্থ্য ও দীর্ঘ জীবন লাভের উপায় নির্দ্দিষ্ট আছে। কিন্তু সে সমুদ্র মন্থন করিয়া কে তাহা সংগ্রহ করিবে?

কিন্তু ভগবানের মহিমা আমাদের ক্ষুদ্র বুদ্ধিতে কি বুঝিব? যখন আমার মনে এই চিন্তা উঠিয়াছিল তাহার বহু বৎসর পূর্ব্বেই ঐ সংগ্রহ কার্য্য হইয়া গিয়াছিল। পূজনীয় পণ্ডিত শ্রীযুক্ত জয়চন্দ্র সিদ্ধান্ত ভূষণ মহাশয়ের সহিত কথায় কথায় জানিলাম যে প্রায় ১৭ বৎসর পূর্ব্বে স্বর্গীয় স্যর রমেশ চন্দ্র মিত্রের সহিত বর্ত্তমান কালে নব্য সুধীগণের অল্পায়ু হওয়ার কারণ কি এই সম্বন্ধে কথা হওয়ার পর তিনি তাঁহার সম্পাদিত সংস্কৃত চন্দ্রিকায় "পূর্ব্বকালীনা কথং দীর্ঘায়ুষঃ" শীর্ষক একটী দীর্ঘ প্রবন্ধ প্রকাশ করিয়াছিলেন। সংস্কৃত অপেক্ষা বাঙ্গালা ভাষায় প্রবন্ধটি প্রকাশিত হইলে আধুনিক শিক্ষিত সমাজে অধিকতর পঠিত মনে ভাবিয়া "জীবন-শিক্ষা" নাম দিয়া উহার বঙ্গানুবাদও যে তিনি অনেকদিন পূর্ব্ব হইতেই করিয়া রাখিয়াছেন, সে কথাও তিনি আমায় বলিলেন। আমি তাঁহার

নিকট হইতে লইয়া সেই বাঙ্গালা প্রবন্ধটী ১৩১৬ সালের শ্রীভারত-ধর্ম্ম মহামণ্ডলের বাঙ্গালা মুখ পত্র "ধর্ম্ম প্রচারকে" প্রকাশ করিবার ব্যবস্থা করি। ঐ প্রবন্ধটী যে বৎসরের ধর্ম্ম প্রচারকে প্রকাশিত হইয়াছিল তাহা নিঃশেষিত হইয়া গেলে পরও যখন অনেকের নিকট হইতে ঐ প্রবন্ধটী পাইবার জন্য আগ্রহ পূর্ণ পত্র আসিতে লাগিল তখন প্রবন্ধটী পুস্তকাকারে প্রকাশ করার আবশ্যকতা উপলব্ধি হইল। পুস্তক খানি পাঠ করিয়া ইহার কোন অংশ পরিবর্ত্তন বা পরিবর্দ্ধন সম্বন্ধে যদি কাহারও কোন কথা বলিবার থাকে তাহা অনুগ্রহ পুর্ব্বক জানাইলে আগামী সংস্করণে যতদূর সম্ভব তাহা করা যাইবে।

পুস্তকখানি পাঠ করিয়া হিন্দুদিগের আচারের উপযোগিতা সম্বন্ধে আরও বিশদভাবে যদি কেহ জানিতে ইচ্ছা করেন তাহা হইলে তিনি পূজ্যপাদ ৺ভূদেব মুখোপাধ্যায় মহাশয় প্রণীত "আচার প্রবন্ধ" নামক পুস্তক পাঠ করিলে তাহা জানিতে পারিবেন।

জীবন শিক্ষা।

বিষয়ানুক্রমিক সূচী।

পৃষ্ঠা

——o——

জীবন-শিক্ষা।

প্রথম উপদেশ।

আয়ুলক্ষণ।

আয়ু কি ?—শাস্ত্রকারগণ জীবিত কালকে আয়ু নামে অভিহিত করিয়াছেন। যদিও অনাদি অনন্ত কালের হ্রাস বৃদ্ধি নাই, কিন্তু জীবনের হ্রাস বৃদ্ধি আছে, সে জন্যই জীবনের হ্রাস বৃদ্ধির সঙ্গে তৎসম্বদ্ধ কালেরও হ্রাস বৃদ্ধি আছে বলিতে হইবে। তাই আয়ুর হ্রাস ও আয়ুর বৃদ্ধি এই দুই কথা লোকে ব্যবহৃত হইয়া থাকে।

এ স্থলে সত্যাদি যুগের "ষষ্টি বর্ষ সহস্রাণি" (রামায়ণ আ, ২০।১০) ইত্যাদি শাস্ত্রকথিত ষাট্ হাজার কিংবা লক্ষ বর্ষ আয়ু বিচার্য্য নহে, পরন্তু "শতায়ুর্ব্বৈ পুরুষঃ," পুরুষ শত বৎসর আয়ু বিশিষ্ট, ইত্যাদি শ্রুত্যুক্ত আয়ুই আলোচ্য। এই শ্রুতির তাৎপর্য্য কিঞ্চিৎ অধিক শতায়ু বিশিষ্ট পুরুষ, অর্থাৎ বিংশতি অধিক শতায়ু, অথবা অষ্টোত্তর শতায়ু।

বঙ্গদেশে প্রাচীনা যোষিদগণের ব্যবহারে দেখাযায় যে, জ্যৈষ্ঠ মাসের অরণ্য ষষ্ঠীর ব্রতে ৬০ টা যষ্ঠীর শীষ, ৬০টা বাঁশের শীষ দ্বারা একটা আঁটি বাঁধিয়া তদ্দ্বারা পুত্রাদির মস্তকে তাঁহারা "ষাট্ ষাট্" বলিয়া জলাভিষেক করেন, এবং শিশুসন্তানেরা তালুতে স্তন্য দুগ্ধ বা জল উঠিয়া বিষম লাগিয়া কাসিতে আরম্ভ করিলে, প্রত্যক্ষদেবীরূপী মাতা ঐ সন্তানের মাথায় "ষাট্ ষাট্" বলিয়া মৃদু মৃদু করাবর্ত্তন করেন, এই আশীর্ব্বাদ উক্তি "ষাট্ ষাট্" এর্ অর্থ ১২০ বৎসর আয়ু লাভ কর।

জ্যোতির্ব্বিৎ মহর্ষি পরাশর মানবগণের বিংশোত্তরীয় আয়ু নিরূপণ পূর্ব্বক নব গ্রহের দশা ভাগ করিয়াছেন, এবং গর্গাচার্য্য প্রভৃতিরা ১২০

বৎসরের অপচার অত্যাচারের জন্য গড়পড়তা ১২ বৎসর বাদ দিয়া ১০৮ বৎসর আয়ু ধরিয়া দশা নির্ণয় করিয়াছেন।

যাহা হউক প্রস্তাবিত বিষয়ে উক্ত দ্বিবিধ আয়ু (১২০ বা ১০৮) ধরিয়াই আলোচনা কর্ত্তব্য, কেন না, বর্ত্তমান সময়েও দুই এক জন ১১৫। ও ১১৮ বৎসরের লোক দেখা বা শুনা যায়।

স্মার্ত্ত—রঘুনন্দন কৃত মলমাসতত্ত্বে ধৃত বৈদ্যক সারাবলীর বচন—

"পথ্যাশিনাং শীলবতাং নরাণাং,
সদ্বৃত্তিভাজাং বিজিতেন্দ্রিয়াণাং।
এবং বিধানামিদমায়ুরত্র,
চিন্ত্যং সদা বৃদ্ধমুনি প্রবাদঃ॥"

অর্থ—যাহারা শরীরের হিতকর বস্তু আহার করেন, যাহারা সচ্চরিত্র, এবং নিজ নিজ কুলোচিতবৃত্তি অবলম্বী, যাহারা জিতেন্দ্রিয়, তাঁহাদেরই সম্বন্ধে ১২০ বা ১০৮ বৎসর আয়ু নিরূপিত হইল; ইহাই বৃদ্ধ মুনিগণের প্রবাদ।

তোষিণীমতে আয়ুর্নিরূপণ।

পথ্যাশিনঃ স্বধর্ম্মানঃ, সৎকুলাঢ্যা জিতেন্দ্রিয়াঃ।
দ্বিজদেবার্চ্চনরতাস্তেষামায়ুরুদীরিতং॥ ১॥
যে পাপলুব্ধকৃপণা দেবব্রাহ্মণনিন্দকাঃ।
বন্ধুগুর্ব্বঙ্গনাসক্তাস্তেষাং মৃত্যুরকালজঃ॥ ২॥

যাহারা স্বধর্ম্মে অনুরক্ত, জিতেন্দ্রিয় দেব দ্বিজে ভক্তিমান্ হিতকর বস্তু আহার করে, তাহাদেরই ১০৮ বা ১২০ বৎসর আয়ু জানিবে। ১। আর যাহারা পাপী দুরাচার তাহাদেরই অকালে মৃত্যু জানিবে। ২।

শাস্ত্রানুসারে মানব দেহে চতুর্ব্বিধ কারণে রোগ উৎপন্ন হয় বলিয়া জানা যায়। (১) গ্রহ বৈগুণ্য দোষজন্য। (২) পূর্ব্বজন্মের পাপের

জন্য। (৩) কুপথ্যাদি অপচার নিবন্ধন বাত পিত্ত শ্লেষ্মার বৈষম্য জন্য।

রোগবিভাগ। (৪) জন্মান্তরের পাপ, ও কুপথ্যাদি অপচার নিবন্ধন ও বাত পিত্ত শ্লেষ্মার বৈষম্য উভয় কারণই মিলিত হইয়া রোগ হইয়া থাকে।

(১) গ্রহ বিরুদ্ধ হইলে চতুর্দ্দিকেই ধন নাশ রোগ ও অন্যান্য বিপদ আরম্ভ হয়। মলমাসতত্ত্ব-ধৃত—মার্কণ্ডেয় পুরাণে উক্ত আছে—

"দ্রব্যে গোষ্ঠেষু ভৃত্যেষু সুহৃৎসু তনয়েষু চ।
ভার্য্যায়াঞ্চ গ্রহে দুষ্টে ভয়ং পুণ্যবতাং নৃণাং॥
আত্মন্যথাল্পপুণ্যানাং সর্ব্বত্রৈবাতিপাপিনাং।
নৈকত্রাপি হ্যপাপানাং নরাণাং জায়তে ভয়ং॥"

অর্থ—জন্মপত্রীগণনায় সূর্য্যাদি গ্রহগণ, যে পুণ্যশীল ব্যক্তির বিরুদ্ধ হইয়াছে জানা যায়, তাহার রোগাদি মন্দ ফল, ধন গবাদি পশু ভৃত্যবর্গ আত্মীয় কুটুম্ব পুত্র ও ভার্য্যাতে ফলিয়া থাকে। যে ব্যক্তি অল্প পুণ্য বিশিষ্ট, তাহার ঐ মন্দফল নিজেরই উপরে পড়ে। আর যে ব্যক্তি অত্যন্ত পাপিষ্ঠ, তাহার দুষ্ট গ্রহের ফল পূর্ব্বোক্ত সকলেতেই দৃষ্ট হইবে, কিন্তু নিজে নিষ্পাপ হইলে কিছুতেই, গ্রহের মন্দফল আপনার উপরে ফলে না।

ইহার তাৎপর্য্য এই—যাহার দীর্ঘায়ু লাভের উপযোগী বিশেষ পুণ্য থাকে, তাহার সেই পুণ্যের বলে গ্রহদোষে জাত নিজের অমঙ্গলটা প্রতিহত হইয়া পুণ্যরহিত বন্ধুবর্গ ও স্ত্রী পুত্রের উপরে সংক্রামিত হয়, অর্থাৎ উহারাই গ্রহের মন্দফল ভোগ করে। কিন্তু গ্রহদোষের শান্তি করা যায়। বহ্বৃচ্ গৃহ্য পরিশিষ্টে আছে :—

"যথা শস্ত্রপ্রহারাণাং কবচং বিনিবারকং।
এবং দৈবোপঘাতানাং শান্তির্ভবতি বারণং॥"

অর্থ—যেমন অঙ্গের লৌহকবচ শস্ত্রপ্রহার হইতে অঙ্গকে রক্ষা করে,

সেই প্রকার গ্রহ দোষ জন্য পীড়া প্রভৃতি বিপদ্ শান্তি স্বস্ত্যয়নেই নিবারণ করে। এই প্রকারে গ্রহবৈগুণ্য দোষের প্রতীকার করিতে হয়।

(২) পূর্ব্বজন্মের পাপজন্য রোগনিবৃত্তির উপায় সম্বন্ধে মহর্ষি শাতাতপ বলেন—

দুষ্কর্ম্মজা নৃণাং রোগা যান্তি চৈব ক্রমাচ্ছমং।
জপৈঃ সুরার্চ্চনৈর্হোমৈর্দ্দানৈস্তেষাং শমো ভবেৎ॥" (১।৪)

অর্থ—জন্মান্তরের পাপজনিত মানবগণের রোগ, ইষ্টমন্ত্র জপ, দেবার্চ্চন, হোম ও প্রায়শ্চিত্তদ্বারা ক্রমে প্রশমিত হয়।

পূর্ব্বজন্মের দুষ্কর্ম্মজ রোগের লক্ষণ সম্বন্ধে আয়ুর্ব্বেদ বলেন :—

যথা শাস্ত্রঞ্চ নির্ণীতো যথাব্যাধি চিকিৎসিতঃ।
ন শমং যাতি যো ব্যাধিঃ স জ্ঞেয়ঃ কর্ম্মজো বুধৈঃ॥"

অর্থ—যে রোগ, শাস্ত্রানুসারে স্থিরতর নিশ্চিত হইয়া রোগানুসারে সমুচিতরূপে চিকিৎসা করিলেও নিবৃত্তি হইতেছে না দেখা যায়, সেই রোগকে "কর্ম্মজ" অর্থাৎ পূর্ব্বজন্মের দুষ্কর্ম্ম জনিত বলিয়া জানিবে।

উক্তরূপ রোগের চিকিৎসার ব্যবস্থা বৈদ্যক ভীষটাচার্য্য এইরূপ করিয়াছেন—

"দানৈর্দ্দয়াদিভিরপি দ্বিজদেবতাগো-
গুর্ব্বর্চ্চনপ্রণতিভিশ্চ তপোভিরুগ্রৈঃ।
ইত্যুক্তপুণ্যনিচয়ৈরুপচীয়মানাঃ
প্রাক্‌পাপজা যদি রুজঃ প্রশমং প্রয়ান্তি॥"

অর্থ—যদি প্রাগ্ জন্মের পাপজনিত রোগ উচ্ছলিত হইয়া উঠে, তবে তাহা প্রায়শ্চিত্ত, প্রাণিবর্গে দয়া, ব্রাহ্মণ, দেবতা, গো এবং গুরুর পূজা ও প্রণাম এবং উগ্র তপস্যা প্রাণায়ামাদি পুণ্যসমূহ দ্বারা প্রশমিত হয়।

(৩) কুপথ্যাদি অপচারনিবন্ধন বাত পিত্ত শ্লেষ্মার বৈষম্যজনিত রোগের লক্ষণ মলমাসতত্ত্বধৃত মহর্ষি শাততপের বচনে দেখা যায় :—

"যথা নিদানং দোষোত্থঃ, কর্ম্মজো হেতুভির্ব্বিনা।
মহারম্ভোঽল্পকে হেতাবস্তিমো দোষ কর্ম্মজঃ॥"

অর্থ—বৈদ্যশাস্ত্রে বাত পিত্ত ও কফের নাম "দোষ" বলিয়া নির্দ্দিষ্ট হইয়াছে। যে কোনও প্রকার অপচার—অহিতকর অন্নপানাদি কারণে রোগ জন্মে, ইহাকে দোষজ রোগ কহে। এই দোষজ রোগকে পাপজও বলে, কেন না নিজের বুদ্ধিদোষে অহিতাচরণ করিয়া—যেমন কেহ জানিয়া শুনিয়া অসহ্য রৌদ্রভোগ করিয়া, বা একশত ডুব দিয়া, জ্বর উৎপন্ন করিল, এই জ্বরকে দোষজ বা পাপজও বলে। আর বিনা কারণে, কোথাও কিছু অপচার বা অত্যাচার করা হইল না, কিন্তু অচিকিৎস্য ব্যাধি হইল, এই ব্যাধিকে "কর্ম্মজ" (অর্থাৎ প্রাগ্‌জন্মের দুষ্কর্ম্মের ফলে জন্মিয়াছে) কহে। এবং সামান্য একটুকু কারণ উপলক্ষ্য করিয়া জাত সাংঘাতিক রোগকে "দোষ-কর্ম্মজ" কহে। এই দোষ কর্ম্মজ রোগটা কতকটা বাত পিত্ত শ্লেষ্মার প্রকোপ এবং কতকটা জন্মান্তরের দুষ্কর্ম্মের ফল জানিবে দোষজ রোগের কারণ তিন প্রকার :—

স্বহেতু দুষ্টৈরনিলাদিদোষৈরুপপন্নৈঃ স্বেষু পরিস্খলদ্ভিঃ।
ভবন্তি যে প্রাণভৃতাং বিকারাস্তে দোষজা ভেষজশুদ্ধিসাধ্যাঃ॥"

(মলমাসতত্ত্ব)।

অর্থ—আপন আপন অনিয়ম অপচার কারণের দোষে দৈহিক বায়ু, পিত্ত কফ দূষিত ও পরস্পর বিরুদ্ধ ভাবাপন্ন হইয়া মানবের যে রোগ জন্মায়, সেই "দোষজ" রোগ ঔষধ সেবনেই নিবৃত্ত হয়। অপিচ—

"পাপজঃ প্রশমং যাতি ভৈষজ্যসেবনাদিনা॥" (ভৈষজ্যরত্নাবলী)

অর্থ—পাপজ অর্থাৎ দোষজ রোগ ঔষধ সেবনেই প্রশমিত হয়।

(৪) দোষ-কর্ম্মজ রোগ, ইহার লক্ষণ পূর্ব্বে উদ্ধৃত "যথানিদানং" এই বচনেই ব্যাখ্যাত হইয়াছে। ইহার প্রতিকার এইরূপ—

"দানাদিভিঃ কর্ম্মভিরোষধীভিঃ কর্ম্মক্ষয়ে দোষপরিক্ষয়ে চ।
সিধ্যন্তি যে যত্নবতাং কথঞ্চিত্তে কর্ম্মদোষপ্রভবা গদাস্ত॥"

অর্থ—প্রায়শ্চিত্ত, শান্তি স্বস্ত্যয়ন, জপ ও তপস্যা দ্বারা পূর্ব্বজন্মের দুষ্কর্ম্মার্জ্জিত পাপ বিনষ্ট হইলে, এবং ঔষধ সেবনে বায়ু, পিত্ত ও কফের বৈষম্য বিনষ্ট হইলে, "কর্ম্মদোষজ" অর্থাৎ উভয়জ রোগের চিকিৎসা হয়, কিন্তু বিশেষ যত্ন করিলেই ইহা কোনও প্রকারে সিদ্ধি হইতে পারে। উক্ত প্রকার রোগকে কর্ম্মদোষজ কহে।

আগন্তুক মৃত্যু।

এতদ্ব্যতীত মহামারী রোগে বা যুদ্ধাদিতে আয়ু থাকিতেও মানবের মৃত্যু ঘটিয়া থাকে। একথা যাজ্ঞবল্ক্য ঋষি একটা আশঙ্কাপূর্ব্বক বলিয়াছেন। আশঙ্কাটা এই :—

"মানব অদৃষ্টের অধীন, তন্নিবন্ধন তাহাদের মৃত্যুটাও অদৃষ্টানুসারে নিয়মিত সময়েই হওয়া উচিত, যুদ্ধাদিতে এক সময়ে সহস্র প্রাণীর অকালে মৃত্যু কেন হয়? এজন্য উক্ত ঋষি বলেন—

"বর্ত্ত্যাধারস্নেহযোগাদ্যথা দীপস্য সংস্থিতিঃ।
বিক্রিয়াপি চ দৃষ্টৈবমকালে প্রাণসংক্ষয়ঃ॥" (প্রায়ঃ ১৬৫)

অর্থ—যেমন দীপবৃক্ষে বর্ত্তি তৈলপূর্ণ শত শত প্রদীপ এক সময়ে প্রজ্জ্বলিত হইয়া শোভিত হয়, তৎপরে যদি প্রবল বেগে হঠাৎ সমীরণ প্রবাহিত হয়, তবে তৎক্ষণাৎ সমস্ত প্রদীপ যুগপৎ নির্ব্বাপিত হইয়া যায়, সেইরূপ এক সময়ে রথি, পদাতি, বাজি, কুঞ্জরবর্গেরও যুদ্ধরূপ কারণে অকালে মৃত্যু অবশ্যই হওয়া অসম্ভব নহে।

স্মার্ত্ত রঘুনন্দন মলমাসতত্ত্বে বলিয়াছেন—

"যথা হ্যবিকলবর্ত্ত্যাদিসত্বে প্রচণ্ডবাতাদিনা দীপনাশস্তথা সত্যপ্যায়ুষি অশুভকর্ম্মবশান্নৌকা* দুর্গবত্ম যুদ্ধাপথ্যাশিত্বাদিনা প্রাণনাশঃ॥"

অর্থ—যেমন অবিকল বর্ত্তি তৈলাধার এবং তৈল থাকিতেও প্রচণ্ড বাতাঘাতে দীপ নষ্ট হয়, সে প্রকার আয়ুসত্বেও কোনও অনির্ব্বচনীয় অশুভ কর্ম্মযোগে নৌকামগ্ন, দুর্গমপথ, যুদ্ধ ও কুপথ্যবিষাদি ভক্ষণে অকালে মৃত্যু ঘটে। উক্তরূপ অকাল মৃত্যু অবশ্য অপরিহার্য্য।

কিন্তু আবার ইহাও দেখা যায় যে, মহামারী নৌমগ্ন ও যুদ্ধে সহস্র সহস্র লোকের মধ্যে দুই একটী বাঁচিয়াও যায়, তাহাব কারণ অনির্ব্বচনীয় অননুমেয় কিছু একটা হইবে। তাহা লোকবুদ্ধিগম্য নহে।

বর্ত্তমান সমাজে আয়ু সম্বন্ধে দুই প্রকার ব্যভিচারা দৃষ্ট হইতেছে, (১) কারণ ব্যভিচার, (২) কার্য্য ব্যভিচার। কারণ সত্বে কার্য্য না থাকাকে কারণ ব্যভিচার কহে, আর কারণ অসত্বে কার্য্য থাকাকে কার্য্য ব্যভিচার কহে।

স্বাস্থ্যের ব্যতিক্রম।

যেমন ব্যভিচার দুই প্রকার, তেমনি বর্ত্তমান সমাজে হিন্দুও দুই প্রকার দেখা যায়, (১) ইংরেজী ধরণের হিন্দু, এবং (২) প্রাচীন ধরণের হিন্দু। ইংরেজী রীতির অনুসরণকারী হিন্দুগণ প্রায়ই সরোগ এবং অল্পায়ু। আর প্রাচীন রীতির অনুকারী হিন্দুগণ প্রায় নীরোগ দীর্ঘায়ু।

---

* রঘুনন্দনের "অশুভকর্ম্মবশাৎ" কথাটা যেন সঙ্গত বোধ হইল না। এক সময়ে সকলেরই কি মৃত্যুজনক অশুভ কর্ম্ম ঘটিয়া থাকে?

† "উক্তিভঙ্গোব্যভিচারঃ" ন্যায় শাস্ত্র। কথিত নিয়মের অন্যথাকে ব্যভিচার কহে। কারণ থাকিলে কার্য্য হয়, এই সাধারণ নিয়ম, কিন্তু যদি কোথাও কারণ থাকিলেও কার্য্য না হয়, তবেই ব্যভিচার হইল।

ইংরেজী ধরণের হিন্দু ভদ্রলোকেরা আয়ুর্ব্বর্দ্ধক ও বলপুষ্টিকর ঘৃত, মাংস, দুগ্ধ, লুচি প্রভৃতি বস্তু নিয়মিত সময়ে পরিমিত মানে আহার করেন, পরিষ্কার উত্তম পরিচ্ছদ পরিধান করেন, উত্তম যান বাহনে গমন করেন, টানা পাখার বায়ু সেবন করেন, গড়ের মাঠে পাদচারণ করেন, দ্বিতল ত্রিতল অট্টালিকায় বাস করেন, মনঃপ্রীতিকর গীতবাদ্য নাট্যাদি শ্রবণ দর্শনে কালাতিবাহিত করেন, এ সমস্ত আয়ু ও স্বাস্থ্যলাভের কারণ থাকিতেও ত তাঁহাদের আয়ু ও স্বাস্থ্য বৃদ্ধি হইতেছে এরূপ লক্ষণ দেখা যাইতেছে না! ইঁহারা ডাক্তারের নিত্য পূজা করেন। তথাপিও ত ইঁহাদের ৫০।৫৫ বৎসরের মধ্যেই লীলা সাঙ্গ হয়। এইত কারণব্যভিচার। আবার প্রাচীন ধরণের ভদ্র ব্রাহ্মণ পণ্ডিত বা ব্রাহ্মণেরা উহার বিপরীত আচরণ করেন—ইহারা প্রায়ই দরিদ্র, ভিক্ষোপজীবী, আপন গৃহে বল-পুষ্টিকর ঘৃত, দুগ্ধ, মাংসাদি নিত্য ভোগ করিতে অসমর্থ, না আছে সময়ের নিয়ম, না আছে খাদ্য দ্রব্যের নিয়ম, কোন দিন কাঁচকলা ভাতে, বা শাকান্ন, কোন দিন সকালে, কোন দিন বা কার্য্যানুরোধে বৈকালে, আহার করেন, কিন্তু ৭০।৮০ বৎসর বয়সেও নিমন্ত্রণ ভোজন করিতে বসিয়া, শাক হইতে মিষ্টান্ন পর্য্যন্ত অবলীলাক্রমে আকণ্ঠপূর্ণ ভোজন করিতে পারেন. "এক দিস্তা দেড় দিস্তা" লুচি, দশ বারো গণ্ডা রসগোল্লা হাসিতে হাসিতে উদরসাৎ করিয়া ফেলেন! ইঁহাদের উপযুক্ত আয়ু ও স্বাস্থ্যের কারণ কিছুই নাই, অথচ কার্য্যভূত আয়ু এবং স্বাস্থ্য ইঁহাদের বিলক্ষণ আছে। ইঁহারা অনেকেই সুস্থ, বলিষ্ঠ এবং দীর্ঘায়ু, ইহ জন্মে বৈদ্য বা ডাক্তারের নিত্য পূজায় পরাঙ্মুখ। এইত কার্য্য ব্যভিচার।

এক্ষণে একটু প্রণিধানপূর্ব্বক বিচার করিবার বিষয় এইযে, কোন্ প্রতিবন্ধকে আয়ু ও স্বাস্থ্যের কারণ থাকিতেও নব্য শিক্ষিতগণের শতায়ু ও স্বাস্থ্য রক্ষা হইতেছে না? আর এমন কি গুরুতর প্রচ্ছন্ন কারণ আছে

যাহার বলে প্রাচীন রীতির অনুবর্ত্তনকারী হিন্দুগণের স্বাস্থ্যরক্ষা সম্বন্ধে এত প্রতিবন্ধক থাকিতেও দীর্ঘ আয়ু ও অক্ষুণ্ণ স্বাস্থ্য থাকিতেছে ?

মানবের পূর্ণ আয়ু সম্বন্ধে যেটুকু বুঝিবার আছে, তাহা এই ;—মানবের আয়ুটা কি নিয়ত ? না অনিয়ত ? এবং মৃত্যুটা কাল মৃত্যু ? না অকালমৃত্যু ? এ সম্বন্ধে অনেকানেক শাস্ত্রেই, যুক্তি ও প্রমাণ প্রদর্শিত আছে, বিশেষতঃ শরীরতত্ত্ব বিষয়ে "চরকের" বিমান স্থানের তৃতীয় অধ্যায়ে বিবৃত আছে। সে সকল বিচার এ স্থলে অনাবশ্যক। এ স্থলে সকল শাস্ত্রের সিদ্ধান্তিত তত্ত্ব এই মাত্র বক্তব্য যে, আয়ুর একটা বাঁধাবাঁধি নিয়ম নাই, আয়ু কারণ বশে বৃদ্ধি প্রাপ্ত হয়, আর বৃদ্ধির প্রতিবন্ধক থাকিলে হ্রাস প্রাপ্ত হয় ; যেমন পাশাপাশি দুইটী গাছই জলাভাবে মরিতেছিল, কিন্তু যেটাতে কেহ জল দিল, সেটি বাঁচিল, যেটা জল পাইল না, সেটি মরিল ; যেমন গৃহ শোভার জন্য যে চিত্রিত ঘট বা পুতুলটা তুলিয়া রাখা হয়, সেইটা শতবৎসর তথায় রহিল, আর যেটা সর্ব্বদা ব্যবহার করা গেল, সেইটা ঘা লাগিয়া ভাঙ্গিয়া গেল। কিন্তু তোলা চিত্রিত ঘটটাও ক্রমে ক্রমে লোনা ধরিয়া কালে ভাঙ্গিয়া পড়িবেই, ঐ ভাঙ্গিবার কারণ একমাত্র কালই বুঝিতে হইবে। এইরূপ কাল কর্ত্তৃক ক্রমশঃ ক্ষীয়মাণ হইয়া মানবাদিও একদিন মরিবে। ইহাই কাল মৃত্যু। এই কালমৃত্যুই ১২০ বা ১০৮ বৎসরে জানিবে। এই কালমৃত্যু অপরিহার্য্য ; যিনি সৃষ্টিকর্ত্তা ব্রহ্মা, তাঁহারও এরূপ কালমৃত্যু আছে। শ্রুতি বলেন "ব্রহ্মণো বর্ষশতমায়ুঃ" অর্থাৎ দেবপরিমাণে ব্রহ্মার একশত বৎসর আয়ু, এরূপ শিব বিষ্ণুরও জানিবে, ইঁহারাও কালমৃত্যুর অধীন।

আয়ু ও মৃত্যুটা কিরূপ ?

ত্রিকালজ্ঞ ঋষিরা জানিতেন যে কোনরূপ অত্যাচার অনাচার না ঘটিলে কলিযুগের মানবশরীর ১০৮ বা ১২০ বৎসরের অধিক স্থায়ী হইতে

পারে না, ইহারই নাম ইদানীং কালমৃত্যু। এই কালমৃত্যুকে হটান যায় না।* অকাল মৃত্যুকেই হটান যাইতে পারে, অকাল মৃত্যু—অর্থাৎ এক শত বৎসরের এদিকে ২৫।৫০।৭৫ ইত্যাদি বয়সে যাহারা মৃত্যু মুখে পতনো মুখ, তাহাদিগের মৃত্যু—দূর করিবার জন্যই যত কিছু গৃহস্থোচিত প্রাণায়াম, জপ, তপস্যা, হোম, শান্তি স্বস্ত্যয়ন, মণি মন্ত্র ও মহৌষধাদি সেবনের উপদেশ শাস্ত্রকারগণ দিয়াছেন।

যথা বৈদ্য শাস্ত্র—

"ন জন্তুঃ কশ্চিদমরঃ পৃথিব্যামেব জায়তে।
অতো মৃত্যুরবার্য্যঃ স্যাৎ কিন্তু রোগো নিবার্য্যতে॥
একোত্তরং মৃত্যুশতং হ্যথর্ব্বাণঃ প্রচক্ষতে।
তত্রৈকঃ কালসংজ্ঞঃ স্যাৎ শেষাস্ত্বাগন্তবঃ স্মৃতাঃ॥
যে ত্বিহাগন্তবঃ প্রোক্তাস্তে প্রশাম্যন্তি ভেষজৈঃ।
জপহোমপ্রদানৈশ্চ কালমৃত্যুর্ন শাম্যতি॥" (সুশ্রুত)

অর্থ—এই পৃথিবীতে কেহই অমর হইয়া জন্মে না, এ হেতু মৃত্যু অনিবার্য্য, কিন্তু মৃত্যুদায়ক রোগ নিবৃত্তি করা যায়।

এক শত এক প্রকারের মৃত্যু, ইহা অথর্ব্ব ঋষি সম্প্রদায়ের মত, তন্মধ্যে একটা মাত্র কাল মৃত্যু, তা ছাড়া অপর একশতটাই অকাল মৃত্যু।

যে সমস্ত মৃত্যু আগন্তুক, অর্থাৎ ২৫।৫০।৭৫ ইত্যাদি বয়সে মৃত্যু, তাহা ঔষধ জপ হোম ও প্রায়শ্চিত্তাদি দ্বারা প্রশমিত হয়, কিন্তু কাল মৃত্যু নিবৃত্ত হয় না।

চরক বলেন—

"তস্মাদ্ধিতোপচারমূলং জীবিতং অতো বিপর্য্যয়ান্মৃত্যুঃ।" (বিমান,৩)

অর্থ—অতএব পূর্ব্বোক্ত বিনয়, সদাচার, জপ, তপস্যা সন্ধ্যাবন্দন,

---

* ইহা অযোগীর পক্ষে।

পবিত্র আহার প্রভৃতি হিতকর আচরণই দীর্ঘায়ুর মূল কারণ, ইহার বিপরীত আচরণই অকাল মৃত্যুর কারণ।

আজকালকার যে নূতন একটা "পেলেগ" ওলাউঠা, বেরি বেরি প্রভৃতি রোগে কোন কোনও বৎসরে কোন কোন দেশ উৎসন্ন হইতেছে, তাহারও কারণ মহর্ষি চরক বলিয়াছেন—একই সময়ে নানা জাতীয় লোকের এক জাতীয় ব্যাধি ও তাহাতে তাহাদের ভীষণ ভাবে মৃত্যুর কারণ এই যে—

প্লেগ ইত্যাদির কারণ।

বায়ু, জল, মৃত্তিকা ও সেই সেই দেশের কাল দূষিত হইয়াই ওরূপ দেশ সংহারক রোগ উৎপন্ন হইয়া থাকে।

তন্মধ্যে বায়ু দূষিত হইলে এইরূপ স্বভাব ধারণ করে, যথা—বায়ুতে অস্বাভাবিক ঋতুর গুণ, যেমন—শীতকালের সমীরণ উষ্ণ, গ্রীষ্মকালের শীতল, অতি চঞ্চল, অর্থাৎ এই বেগে বহিতেছে, আবার তৎক্ষণাৎ নির্ব্বাত, অত্যন্ত পরুষ যেন শরীরে আঘাত লাগে, অতি শীতল, অসহনীয় উষ্ণ, অতি রুক্ষ—অর্থাৎ যাহার স্পর্শে দেহ যেন শুকাইয়া যায়, অত্যভিষ্যন্দি অর্থাৎ যে বায়ুস্পর্শে ঘর্ম্ম নিবৃত্তি হয় না, প্রবল বেগে প্রবাহিত, ঘূর্ণিত বায়ু, দুর্গন্ধময় বাস্প ধুলি ও ধূমাদি যুক্ত হয়। *

দূষিত জলের এইরূপ লক্ষণ—অতি দুর্গন্ধ, বিবর্ণ, বিস্বাদ, বিকৃতস্পর্শ, অত্যন্ত ময়লা যুক্ত, এবং মৎস্য, পক্ষী কচ্ছপ প্রভৃতি জলচরগণ যে জল ছাড়িয়া যায়, যে জলপানে তৃপ্তি বোধ হয় না, ও যে জলের শৈত্য মাধুর্য্য

---

* "তত্র বাতমেবম্বিধমনারোগ্যকরং বিদ্যাৎ—যথা ঋতুবিষমমতিস্তিমিতমতিপরুষমতিশীতোষ্ণমতিরুক্ষমত্যভিষ্যন্দিনমতিভৈরবারবমতিপ্রতিহতপরস্পরগতিমতিকুণ্ডলিনমসাত্ম্যগন্ধবাস্পসিকতাপাংশুধূমোপহর্তামতি।" (চরক, বিমান ৩ অধ্যায়।)

গুণ থাকে না, তাহাই দূষিত জল। এরূপ জল সেবনে দুরারোগ্য রোগ জন্মে। *

দেশ দূষিত হইলে এইরূপ স্বভাবাপন্ন হয়, যথা—মৃত্তিকার স্বাভাবিক বর্ণ, গন্ধ, রস, ও স্পর্শ বদ্‌লাইয়া যায়, এবং ভিতরে বাহিরে ময়লা আবর্জ্জনা জঞ্জালে পরিপূর্ণ হয়। সর্প, মশক, পঙ্গপাল ও মূষিকের উপদ্রব বৃদ্ধি হয়, শকুনি, পেচক, শৃগালাদি জন্তুতে দেশ ব্যাপ্ত হয়। উদ্যান সকল, নানাবিধ তৃণ ও উলুখড়ে আচ্ছন্ন হইয়া যায়। এমন কি যে দেশে কখনও যে সকল তৃণ, বৃক্ষ, লতা ও পশু পক্ষী দেখা যায় নাই, দেশ দূষিত হইলে সে সকল নূতন নূতন তৃণ, বৃক্ষ, লতা, পশু, পক্ষী দেখিতে পাওয়া যায়। শস্য সমস্ত শুষ্ক ও নষ্ট হইয়া যায়, পবন ধূমযুক্ত হয়, মধ্যাহ্ন কালেও যেন সমস্ত দেশে সকল দিকে বায়ুর সহিত ধূমাকার পদার্থ দৃষ্ট হয়, যেন কোথাও গ্রাম, নগর দগ্ধ হইতেছে, এরূপ বোধ হয়। পক্ষিগণ ভীষণ চিৎকার করিতে থাকে, কুক্কুরকুল ঊর্দ্ধমুখে উচ্চৈঃস্বরে রোদন করিতে থাকে, বিবিধ মৃগ পক্ষিগণ ইতস্ততঃ ভ্রমণ করিতে থাকে, দেশবাসী লোকেরা নিজ নিজ ধর্ম্ম, সত্যকথা, লজ্জা, সদাচার ও সদ্‌গুণ পরিত্যাগ করে, বিনা কারণে পুষ্করিণীর জল কম্পিত ও উচ্ছলিত হয়, মুহুর্মুহু ভীষণ শব্দে বজ্রপাত, উল্কাপাত ও ভূমিকম্প হয়, চন্দ্র, সূর্য্য, গ্রহ, নক্ষত্রগণ রুক্ষ তাম্রবর্ণ ধারণ করে, আকাশ শুভ্র মেঘে আবৃত হয়, বিনা কারণে মানবগণ সদা সশঙ্কিত ও উদ্বিগ্ন হয়। যেন কোথাও কে রোদন করিতেছে, যেন অন্ধকারে চারিদিগ্‌ ব্যাপিয়া রহিয়াছে, যেন ভূত প্রেতগণ

---

* উদকস্তু খলু অত্যর্থবিকৃতগন্ধবর্ণরসস্পর্শবৎ ক্লেদবহুলমপক্রান্ত জলচরবিহঙ্গমমপক্ষীণজলাশয়মপ্রীতিকরমপগতগুণং বিদ্যাৎ।”

(চরক, বিমান ৩ অধ্যায়।)

বেড়াইতেছে এবং বিকট শব্দ শুনা যায়, ইহা দূষিত দেশের লক্ষণ, ইহাতে দেশের অমঙ্গল জানিবে। *

কাল দূষিত হইলে ঋতুর বিপরীত লক্ষণ, অথবা যে ঋতুর যে লক্ষণ নহে, তাহার অতিরিক্ত লক্ষণ, অথবা তাহা হইতে অল্প লক্ষণ যুক্ত হইয়া থাকে, যেমন শীতের সময় শীত না হওয়া, বর্ষার সময় বর্ষা না হওয়া ইত্যাদি, এইরূপ হইলে দেশের অমঙ্গল হয়। †

যখন দেশ উৎসন্নে যাইবার হয়, তখন প্রথমে বায়ু দূষিত হয়, সেই দূষিত বায়ুস্পর্শে জল দূষিত হয়, ঐ জলের সংশ্রবে দেশ দূষিত হয়, দেশের সংস্পর্শে কাল পর্য্যন্ত দূষিত হইয়া থাকে। ‡

এখন এই একটি প্রশ্ন উঠিতে পারে যে, কি কারণেই বা এই বায়ু জল ও দেশ দূষিত হয়? বরং বায়ু, জল, দেশ ও কালকে যদি দূষিত

---

* দেশঃ পুনঃ প্রকৃতিবর্ণগন্ধরসস্পর্শক্লেদবহুলং উপসৃষ্টং ব্যালমশক-মক্ষিকা-মূষকোলূকশ্মাশানিক-শকুন-জম্বুকাদিভিঃ। তৃণোলপোপবনবন্তং প্রতানাদিবহুলং অপূর্ব্ববদাপতিতং শুষ্কনষ্টশস্যং প্রধ্মাত-পতত্রিগণং উৎ-ক্রুষ্টশ্বগণং উদ্‌ভ্রান্তব্যথিতবিবিধমৃগপক্ষিসঙ্ঘং। উৎসৃষ্টস্বধর্ম্মসত্যলজ্জা-পরগুণজনপদং। শশ্বৎক্ষুভিতোদীর্ণসলিলাশয়ং প্রতপ্তোল্কাপাতনির্ঘাতভূমি-কম্পমতিভয়ারাবরূপং। রুক্ষতাম্রারুণসিতাভ্রজালসংবৃতার্কচন্দ্র-তারকং। অভিক্ষ্ণং সম্ভ্রমোদ্বেগমিব। সত্রাসরুদিতমিব। সতমস্কমিব। গুহ্যকা-চরিতমিব। আক্রন্দিতশব্দবহুলঞ্চাহিতং বিদ্যাৎ।”

(চরক, নিদান স্থান ৩য় অধ্যায়।)

† “কালঃ খলু যথর্ত্তুলিঙ্গাৎ বিপরীতলিঙ্গমতিলিঙ্গং হীনলিঙ্গঞ্চাহিতং ব্যবস্যেৎ”। (চরক, বিমান, ৩ অধ্যায়।)

‡ “বাতাজ্জলং জলাদ্দেশং দেশাৎ কালঃ স্বভাবতঃ।
বিদ্যাদ্দুষ্পরিহার্য্যত্বাদ্ গরীয়স্তরমর্থবিৎ॥”

(চরক, বিমান, ৩ অধ্যায়ে)

উপপন্ন করান যায়, তবে সেই দূষিত বায়ু শ্বাস উচ্ছ্বাসে শরীরে প্রবিষ্ট হইয়া, দূষিত জল পান করিয়া, দূষিত মৃত্তিকায় উৎপন্ন ফলমূলশস্যাদি ভোজন করিয়া ও দূষিত কালের সর্ব্বাঙ্গীন সম্বন্ধে মানবগণের রসরক্তাদি দূষিত হইয়া বাতপিত্তশ্লেষ্মার বৈষম্যদোষে মারাত্মক দেশব্যাপী এক জাতীয় রোগ জন্মিতে পারে। কিন্তু বায়ু প্রভৃতি দূষিত হইবার মূল কারণ কি?

এতদুত্তরে চরক বলেন—

বায়ুাদীনাং যদ্‌বৈগুণ্যমুৎপদ্যতে তস্য মূলমধর্ম্মঃ।" (চরক, নিদান, ৩)

অর্থ—বায়ু, জল, দেশ ও কাল দূষিত হইবার মূল কারণ, দেশবাসি-জনগণের অধর্ম্ম।

শরীরতত্ত্ববিৎ চরকের উক্ত বচনে বুঝিতে হইবে যে, যখন একটা মহাদেশই, দূষিত বায়ু জল মৃত্তিকা ও কালের সংসর্গে ধ্বংসমুখে ধাবিত হইতেছে; তখন প্রত্যেক ব্যক্তিগত রোগ ও অল্পায়ুর কারণও অধর্ম্মই হইবে, ইহা সহজেই অনুমিত হয়।

এখন পূর্ব্বোক্ত কারণ-ব্যভিচার ও কার্য্য-ব্যভিচার দোষের মীমাংসা করা কর্ত্তব্য। যখন ইংরেজীধরণের হিন্দুর মধ্যে ঘৃতাদি সেবনরূপ কারণ-সত্ত্বেও আরোগ্য এবং দীর্ঘায়ু রূপ কার্য্য হইতেছে না, তখন অবশ্যই ইহার মধ্যে কোনও গুরুতর একটা প্রতিবন্ধক—বাধা আছে, ইহা স্বীকার করিতেই হইবে, তা না হইলে কারণ থাকিতে কার্য্য হইবে না কেন? এবং প্রাচীনরীতির হিন্দুদিগের মধ্যে ঘৃতাদি সেবনরূপ কারণ না থাকিতেও যখন আরোগ্য ও দীর্ঘায়ু রূপ কার্য্য হইতেছে দেখা যায়, তখন বলিতে হইবে যে অবশ্যই ইহাদের ভিতরে এমন একটা প্রবল প্রচ্ছন্ন কারণ আছে যে মোটামুটি ঘৃতাদি সেবন কারণ না থাকিলেও, এমন কোনও অনির্ব্বচনীয় কারণ আছে যে তাহাতেই কার্য্যোৎপন্ন হইতেছে, তাহা না হইলে বিনা কারণে কার্য্য হওয়া এ কথাটা "আকাশ-

কুসুমবৎ" হইয়া পড়ে। এই জাতীয় বিসদৃশ ঘটনাস্থলে শাস্ত্রকারেরা "অন্বয়" ও "ব্যতিরেক"-দ্বারা তথ্য নির্ণয় করিয়া থাকেন।

"অন্বয়" কি? না, যে থাকিলে যে কার্য্য হয়, ইহার নাম "অন্বয়"* যথা—প্রদীপ থাকিলে প্রকাশ থাকে, এই অন্বয় প্রযুক্ত বুঝিতে হইবে যে প্রকাশ কার্য্যের প্রতি প্রদীপই কারণ। এবং যে না থাকিলে যাহা না হয়, তাহা তাহার "ব্যতিরেক" যথা প্রদীপ না থাকিলে প্রকাশ হয় না, অতএব বুঝিতে হইবে যে প্রকাশ কার্য্যের প্রতি প্রদীপই কারণ। এই অন্বয় ও ব্যতিরেক দ্বিবিধ ভাবদ্বারা অব্যভিচরিতরূপে কারণ ও কার্য্য নিশ্চয় হইয়া থাকে।

অন্বয় ব্যতিরেক।

অতএব প্রস্তাবিত ক্ষেত্রেও অন্বয় ব্যতিরেক দ্বারা কার্য্য উপপন্ন করিতে হইবে, তাহা এইরূপ—

নব্য শিক্ষিতগণের আয়ু লাভের উপযোগী ঘৃতাদি সেবন থাকিলেও হিন্দুধর্ম্মোচিত সদাচার ইত্যাদি নাই, আরোগ্য ও দীর্ঘায়ুও নাই। আর প্রাচীনগণের আয়ু বৃদ্ধির কারণ ঘৃতাদি সেবন না থাকিলেও হিন্দুধর্ম্মোচিত সদাচার ইত্যাদি আছে, আরোগ্য ও দীর্ঘজীবনও আছে। অতএব অন্বয় ব্যতিরেক দ্বারা নিশ্চয় হইল যে আরোগ্য ও দীর্ঘ জীবনের প্রতি নিজ নিজ সদাচার ইত্যাদিই একমাত্র মূল কারণ। (সদাচার যে আয়ুষ্কর তাহা পরে বিবৃত হইবে।)

নব্য শিক্ষিতগণ মনুষ্য মাত্রের আচরণীয় সামান্য ধর্ম্ম†—অহিংসা, সত্য, অস্তেয়, দান, শান্তি, অপৈশুন্য, সচ্চরিত্রতা ইত্যাদি রহিত নহে, পরন্তু

---

* "তৎ সত্ত্বে তৎ সত্ত্বং অন্বয়ঃ। তদসত্ত্বে তদসত্ত্বং ব্যতিরেকঃ।" (ন্যায়শাস্ত্র।)

† "অহিংসা সত্যমস্তেয়ং ত্যাগঃ শান্তিরপৈশুনং।
শ্রদ্ধা দয়া তিতিক্ষা চ ধর্ম্মঃ সাধারণো মতঃ॥" (যাজ্ঞবল্ক্য আচার, ১২২)

বিশেষ বিশেষজাতি ধর্ম্ম, কুলধর্ম্ম ও দেশ ধর্ম্মাদির ভাব অনেকটা তাহাদের মধ্যে শিথিল হইয়া পড়িয়াছে।

অধুনা ধর্ম্ম বিপ্লবের সময়েতেও দুই প্রকার ধর্ম্মভাব সমাজে দৃষ্টহয়, তন্নিবন্ধন ধার্ম্মিকও দুই প্রকার। হিন্দুরীতির ধার্ম্মিক, ও ইংরেজী রীতির ধার্ম্মিক, সেই সেই ধর্ম্মমূলক স্বাস্থ্য ও অধর্ম্মমূলক অস্বাস্থ্যও সংকুলোৎপন্ন হিন্দুগণের নিত্য সহচর হইয়া পড়িয়াছে।

শুনিতে পাই—এখন ইংরেজী ধরণের সচ্চরিত্র হিন্দু ভদ্রলোকেরা প্রাতে ৭।৮ টার সময় জাগিয়া লালা-ক্লিন্ন পর্য্যুসিত মুখে "চা" "বিষ্‌কুট" খাইবে, চুরুট্‌ টানিতে টানিতে সংবাদ পত্র লইয়া পায়খানায় বসিয়া তাহা পড়িবে, ইত্যাদিই তাহাদের ভদ্রতার লক্ষণ। কিন্তু দেখিতে পাই প্রায়ই তাহারা রোগে ভুগিয়া ভুগিয়া ৫০।৫৫ বৎসরের মধ্যেই জন্মভূমির মায়া কাটাইয়া যান। (এই সকল কার্য্য যে শাস্ত্র নিষিদ্ধ তাহা পরে বিবৃত হইবে)

কিন্তু ভারতবর্ষবাসী হিন্দুদিগের স্বাস্থ্য ও দীর্ঘজীবন বিধানার্থ ঋষিদের আদেশ উহার বিপরীত। যথা—

সুস্থ ব্যক্তি দীর্ঘজীবন লাভার্থ অতি প্রত্যুষে জাগিবে, শয্যায় পদ্মাসনে উপবিষ্ট হইয়া গুরুর উপদেশানুসারে মস্তকে অতি বিস্তৃত শুক্লবর্ণ জলার্দ্র সহস্রদল পদ্মাদি চিন্তা করিবে, * ইহাতে নিদ্রাবস্থায় বিচলিত অব্যবস্থ ঘূর্ণিত মন স্থির হয়, বুদ্ধি কর্ত্তব্য পথ অনুসরণ করে, ইন্দ্রিয়বর্গ সবল ও মস্তিষ্ক সুশীতল হয়, এবং শিরোগত যাবতীয় রোগ ও কেশরোগ বিদূরিত হয়। অধিক কি বলিব? গাঢ় ভাবে চিন্তা করিতে পারিলে সূক্ষ্মরূপে পদ্মের সদগন্ধ পর্য্যন্ত অনুভূত হইয়া থাকে।

---

* "ব্রাহ্মে মুহূর্ত্তে চোত্তিষ্ঠেৎ স্বস্থো রক্ষার্থমায়ুষঃ।
শরীরচিন্তাং নির্ব্বর্ত্ত্য মৈত্রং কর্ম্ম সমাচরেৎ॥" (স্মৃতি)

শয্যায় বসিয়া ওরূপ চিন্তাপূর্ব্বক প্রাতঃ শয্যাকৃত্য শেষ করিয়া পায়-খানায় যাইবে। গুরুর উপদেশ অনুসারে "অগ্নিসার" নামক গৃহস্থের উপযোগী "ধৌতি" ক্রিয়া করিবে। তাহাতে উদরাময় থাকে না, এবং ক্ষুধা বৃদ্ধি হয়। *

বেদের উপদেশ এই যে—

প্রত্যূষকালের সমীরণ মধুময়, জল মধুপ্লুত, পৃথিবীর ধূলি মধুসিক্ত, ও পুষ্পবৃক্ষাদি মধুযুক্ত হয়† সুতরাং মধু যেমন ত্রিদোষঘ্ন, বল পুষ্টি ও আয়ুর্বর্দ্ধক, উষাকালের বায়ু, জল, মৃত্তিকা এবং বৃক্ষাদি'ও তেমনি ত্রিদোষ নষ্টকারী এবং বল পুষ্টি ও আয়ু বৃদ্ধি করে। সেই হেতু প্রত্যূষে উঠিয়া শৌচাদি প্রাতঃসন্ধ্যা সমাপনান্তে পুষ্পচয়নচ্ছলে বৃক্ষাদি হইতে এই মধুময় তেজ সংগ্রহ করিবে, এবং ফল পুষ্প ও পত্রাদি ঈশ্বরার্থ চয়ন করিতেছি, স্বার্থ নহে—এইরূপ বুদ্ধিতে ক্রমশঃ চিত্তের একাগ্রতা সাধন করিবে। ইহার ফল প্রত্যক্ষলব্ধ, তর্কে বুঝান নিষ্প্রয়োজন। ‡

প্রত্যূষে প্রাতঃক্রিয়া সমাধা করিতে গেলেই তাহার সঙ্গে সঙ্গে অনায়াসে বাধ্য হইয়া পবিত্র মধুময় বায়ু জল মৃত্তিকার সংস্রব করিতেই হইবে, সুতরাং প্রত্যহই এইরূপ নিয়মিত রূপে প্রাকৃতিক ঔষধরূপ বায়ু জল

* "নাভি-গ্রন্থিং মেরুপৃষ্ঠে শতবারঞ্চ কারয়েৎ।
অগ্নিসার এষা ধৌতির্যোগিনাং প্রাণদায়িনী।
উদরাময়কং হত্বা জঠরাগ্নিং প্রবর্দ্ধয়েৎ॥" (গ্রহযামল)

† "মধুবাতা ঋতায়তে মধু ক্ষরন্তি সিন্ধবঃ,
মাধ্বীর্নঃ সন্ত্বোষধীর্ম্মধু নক্তমুতোষসঃ।
মধুমৎ পার্থিবং রজঃ।" ইত্যাদি (ঋগ্‌বেদ, ১ অষ্টক, ৬ষ্ঠ অধ্যায়, ১৮ শ বর্গ)

‡ "অসংশয়ং মহাবাহো মনো দুর্নিগ্রহেন্দ্রিয়ং।
অভ্যাস-যোগেন ততো বৈরাগ্যেণাপি গৃহ্যতাং॥" (গীতা)

মৃত্তিকা ও পুষ্পাদি স্পর্শে শরীরের ত্রিদোষ নষ্ট হওয়ায় যে দীর্ঘ-জীবন ও শারীরিক স্বাস্থ্য লাভ নিশ্চয়ই হইবে তাহাতে সন্দেহ কি? ৭।৮টা যাবৎ ঘুমাইয়া থাকিয়া উক্ত প্রাকৃতিক ঔষধ সেবনে বঞ্চিত হইয়া শরীরের ত্রিদোষ জন্মাইবার অবকাশ দিয়া আধুনিক ইংরেজী ধরণের ভদ্রলোকেরা যে চিররুগ্ন ও স্বল্পায়ু হইতেছেন, ইহাতে সন্দেহ কি?

অতএব বুঝিতে হইবে যে, দীর্ঘ আয়ু ও স্বাস্থ্যের মূল কারণ নিজ নিজ ধর্ম্ম ও ধর্ম্মমূলক সদাচার; এতদ্বিপরীত অধর্ম্ম ও অসদাচারই অল্পায়ু ও অস্বাস্থ্যের কারণ, ইহাতে অণুমাত্রও সংশয় কর্ত্তব্য নহে। শাস্ত্র সম্মত স্বাস্থ্য ও দীর্ঘায়ুষ্কর দৈনিককৃত্য সম্বন্ধে এই পুস্তকের ষষ্ঠোপদেশে বিশেষ ভাবে বর্ণন করা হইয়াছে।

দ্বিতীয় উপদেশ।

ধর্ম্ম, সদাচার ও সচ্চরিত্রতা।

ধর্ম্ম কি? এসম্বন্ধে দার্শনিক কণাদ ঋষি বলেন—

ধর্ম্ম। "যতোঽভ্যুদয়-নিশ্রেয়স-সিদ্ধিঃ স ধর্ম্মঃ"

অর্থ— যাহা হইতে আত্মোন্নতি ও পরম মঙ্গল (মুক্তি) সাধিত হয় তাহাই ধর্ম্ম।

এই যতঃ (যাহা হইতে) শব্দ হইতে ধর্ম্মের লক্ষণ স্পষ্ট বুঝা যায় না দেখিয়া মনু স্পষ্ট করিয়া বলিলেন—

"বেদঃ স্মৃতিঃ সদাচারঃ স্বস্য চ প্রিয়মাত্মনঃ।
এতচ্চতুর্ব্বিধং প্রাহুঃ সাক্ষাদ্ধর্ম্মস্য লক্ষণং॥" (২।১২)

অর্থ—বেদ, স্মৃতিশাস্ত্র, সজ্জনের আচার এবং আত্মার প্রিয়—অর্থাৎ াহার অনুষ্ঠান করিতে নিজের মনে কোনও রূপ দ্বিধা না জন্মে,* তাহাই র্ম্মের প্রত্যক্ষ লক্ষণ, অর্থাৎ ধর্ম্ম সম্বন্ধে এই কয়েকটাই প্রমাণ।

এই ধর্ম্মের মূল কি? তাহা স্পষ্ট করণোদ্দেশে মনু বলিলেন—

"বেদোঽখিলো ধর্ম্মমূলং স্মৃতি-শীলে চ তদ্বিদাং।
আচারশ্চৈব সাধূনামাত্মনস্তুষ্টিরেব চ॥" (২।৬)

অর্থ—সমগ্র বেদ, বেদবিৎ ঋষিগণের রচিত স্মৃতি, তাঁহাদের রাগ-

---

* "যৎকর্ম্ম কুর্ব্বতোঽস্য স্যাৎ, পরিতোষোঽন্তরাত্মনঃ।
তৎপ্রযত্নেন কর্ত্তব্যং, যন্ন গোপ্যং মহাজনে॥" মনু ৪।১৬১

ডাক্তার ব্রাউনও বলিতেন।কোন কাজ করিবার পূর্ব্বে আমি ভাবিয়া দেখি যে সে কথা নরূপ দ্বিধা না করিয়া আমার পিতার নিকট বলিতে পারি কিনা? মনে এ সম্বন্ধে কোন া হইলে সে কাজ "অন্যায়" বুঝিতাম।

দ্বেষাদি দোষ শূন্য চরিত্র, সজ্জনের আচার এবং আত্মপ্রসাদ, এই সকলই ধর্ম্মের মূল প্রমাণ।

তাহার লক্ষণই বা কি কি? ইহা ভাবিয়া বলিলেন—

"ধৃতিঃ ক্ষমা দমোঽস্তেয়ং শৌচমিন্দ্রিয়নিগ্রহঃ।
ধীর্ব্বিদ্যা সত্যমক্রোধো দশকং ধর্ম্মলক্ষণং॥ (৬।৯২)

অর্থ—ধৃতি-ধৈর্য্য—প্রসন্নতা, অর্থাৎ ধনাদি ক্ষয়ে বা প্রিয়জন বিয়োগে চিত্তের অবিকৃতি। ক্ষমা—নিগ্রহের শক্তি থাকিতেও পরের অপরাধ সহ্য করা, অর্থাৎ কেহ অপকার করিলে তাহার প্রত্যপকার না করা। দম—ঔদ্ধত্য না থাকা—ধনাদি জনিত প্রগল্‌ভতা ত্যাগ, অর্থাৎ বিকারের হেতু সত্ত্বেও চিত্তের অবিকার। অস্তেয়—অন্যায় ভাবে পরের দ্রব্য গ্রহণ না করা। শৌচ—আহারাদি শুদ্ধি। ইন্দ্রিয়নিগ্রহ—অসদভিপ্রায়ে পরস্ত্রী দর্শনাদি হইতে চক্ষুঃ প্রভৃতি ইন্দ্রিয়ের প্রত্যাহরণ। ধী—শাস্ত্রাদি বিষয়ে জ্ঞান। বিদ্যা—আত্মা কাহাকে বলে? অনাত্মা কাহাকে বলে? ইহার জ্ঞান। সত্য—বাক্য ও মনের যাথার্থ্য? অর্থাৎ অবিকল মনের অনুরূপ বাক্য বলা। অক্রোধ—ক্রোধের কারণ থাকিতেও ক্রোধ না করা, এই দশটাই সাধারণ ধর্ম্মের লক্ষণ'।

যোগী যাজ্ঞবল্ক্যও ইহাই বলিয়াছেন যথা—

"অহিংসা সত্যমস্তেয়ং শৌচমিন্দ্রিয়নিগ্রহঃ।
দানং দমো দয়া ক্ষান্তিঃ সর্ব্বেষাং ধর্ম্মসাধনং॥"

(আচারাধ্যায় ১২২)

অর্থ—অহিংসা—প্রাণিপীড়ন না করা [বৈধ হিংসা দোষের নহে]। দয়া—পরদুঃখ মোচনেচ্ছা। দান—ধনাদির ত্যাগ। [অন্যান্য শব্দের অর্থ পূর্ব্বের শ্লোকার্থেই বলা হইয়াছে।] এই যে ধর্ম্ম উক্ত হইল, তাহা সাধারণ

ধর্ম্ম জানিবে। অর্থাৎ ব্রাহ্মণ হইতে চণ্ডাল পর্য্যন্ত, যুবা বৃদ্ধ স্ত্রী পুরুষ সকলেরই এই সকল সামান্য ধর্ম্ম জানিবে। যাহা ব্রাহ্মণের ধর্ম্ম কিন্তু চণ্ডালের নয়, যাঁহা বৃদ্ধের ধর্ম্ম কিন্তু শিশুর নয়, এরূপ বিশেষ বিশেষ ধর্ম্ম পরে ব্যক্ত করা হইবে। ধর্ম্ম কি? তাহা ধর্ম্মশব্দের ব্যুৎপত্তি দ্বারাও পরে প্রকাশ পাইবে।

এখন বুঝা গেল, অধর্ম্মই এই মহাব্রহ্মাণ্ড হইতে ক্ষুদ্র দেহ পর্য্যন্ত দূষিত করিয়া থাকে, আর ধর্ম্মই তাহাদিগকে প্রকৃতিস্থ বা পবিত্র রাখে। ইহা অন্বয় ও ব্যতিরেক রূপ প্রমাণ দ্বারা বলা হইল, সুতরাং ইহা অন্যরূপেও অপ্রামাণ্য নহে। ধর্ম্ম ও অধর্ম্মের যে পরস্পর এতাদৃশ প্রতিদ্বন্দ্বিতা ভাব আছে, তাহার শাস্ত্রীয় প্রমাণ দেখান যাইতেছে।

প্রথমতঃ "ধর্ম্ম" এই শব্দের ব্যুৎপত্তি বিচারে দেখা যায়—[বস্তুমাত্রং ধ্রিয়তে যেন, ধরতি বা যঃ, স ধর্ম্মঃ] ধৃ ধাতুর অর্থ ধারণ। মন্ প্রত্যয়ের অর্থ করণ বা কর্ত্তা। অর্থাৎ যাহার দ্বারা এই পরিদৃশ্যমান জগৎ ধৃত হইতেছে, বা যিনি ধরিয়া রাখিয়াছেন তাহাই ধর্ম্ম।* ইহার বিপরীতই অধর্ম্ম, অর্থাৎ ক্ষুদ্রদেহ হইতে বৃহদ্ব্রহ্মাণ্ড পর্য্যন্ত অধঃ পতিত হয় যদ্দ্বারা, বা যে ধরিয়া রাখিতে পারে না তাহাই অধর্ম্ম। এই ধর্ম্ম শব্দের ব্যুৎপত্তি দ্বারা স্পষ্টই বুঝা যায় যে ধর্ম্মই জগৎকে পবিত্র রাখে, অধর্ম্মই দূষিত করে। যে শক্তি এই বিশাল ব্রহ্মাণ্ডকে ধারণ করিয়া আছে, তাহাই যে ক্ষুদ্র দেহটি ধারণ বা প্রকৃতিস্থ রাখে তাহাতে বিচিত্রতা বা সন্দেহের কারণ কিছুই হইতে পারে না। আবার অধর্ম্মই যে তাহাকে দূষিত করে তাহাও নিঃসন্দেহ।

---

* ধর্ম্ম শব্দে হিন্দুশাস্ত্রে যাহা বুঝায় তাহার ইংরাজী প্রতিশব্দ religion হয় না। ইংরেজী law বা ল্যাটিন gus শব্দে উহার ভাব আসে। ধর্ম্ম ও অধর্ম্ম কথায় কতক গ্রীক cosmos ও chaos এর ভাবও আসে।

এ সম্বন্ধে শ্রুতি বলেন—

এই বিশ্ব ব্রহ্মাণ্ড ধর্ম্মেতেই অবস্থিত অর্থাৎ ধর্ম্মই এই ব্রহ্মাণ্ডকে ধরিয়া রাখিয়াছে। ধার্ম্মিক ব্যক্তি উত্তম প্রজা লাভ করেন, ধর্ম্মানুষ্ঠানে পাপ দূরীভূত হয়। ধর্ম্মে সমস্তই প্রতিষ্ঠিত। এজন্য ধর্ম্মই শ্রেষ্ঠ জানিবে।*

ধর্ম্মে বিবিধ মত।

অন্যান্য ধর্ম্ম শাস্ত্রে বলেঃ—

জ্ঞান, ধন, শরীরের সামর্থ্য, আরোগ্য, সৎকুলে জন্ম, এবং মুক্তি, এই সকলই ধর্ম্ম হইতে লাভ করাযায়।

(যে ব্যক্তি একান্ত ধন বৃদ্ধির ইচ্ছা করিবে, তিনি প্রথমতঃ ধর্ম্মই আচারণ করিবে। ধর্ম্ম ভিন্ন ঐশ্বর্য্য কিছুতেই হইতে পারে না।)

মনুষ্য ধর্ম্ম চিন্তা করিয়া প্রাণত্যাগ করিলে, স্বর্গ লাভ করেন।

জীবন অনিত্য, এ জন্য শৈশবেই ধর্ম্মাচরণ কর্ত্তব্য। ফল পাকিলে যেমন সর্ব্বদা পতনের ভয় হইয়া থাকে, সেরূপ বৃদ্ধ হইলে জীবের মৃত্যুর ভয় অনিবার্য্য।

কামনা সিদ্ধি, কিম্বা কার্য্যান্তরের অনুরোধে, অথবা বিপৎপাতেও ধর্ম্মত্যাগ করিবে না। মনুষ্যের ধর্ম্মই ইহলোকে কিংবা পরলোকে এক-মাত্র আশ্রয়।

একটি দিনও যদি ধর্ম্মকার্য্য করা না হয়, তাহা হইলে যিনি সজ্জন, তিনি, দস্যুকর্ত্তৃক ধনাদি অপহৃত হইলে যেরূপ কাঁদিতে হয়, সেরূপ ক্রন্দন করিবেন।

* ধর্ম্মো বিশ্বস্য জগতঃ প্রতিষ্ঠা লোকে ধর্ম্মিষ্ঠাঃ প্রজা উপসর্পন্তি, ধর্ম্মেণ পাপমপনু-দ, ধর্ম্মে সর্ব্বং প্রতিষ্ঠিতং তস্মাদ্ধর্ম্মং পরং বদন্তীতি। চতুর্ব্বর্গচিন্তামণৌ ব্রতখণ্ডে ১ম অধ্যায়ে॥

ত্রিবর্গানুষ্ঠান ব্যতীত যাহারা দিনাতিপাত করিয়া থাকে, তাহারা লৌহকারের ভস্ত্রার ন্যায় নিঃশ্বাস সত্ত্বেও যেন মৃত মধ্যেই পরিগণিত।*

ধর্ম্ম হইতে অর্থ, ধর্ম্ম হইতেই কাম, এবং ধর্ম্ম হইতেই পরব্রহ্ম লাভ হয়, অতএব ধর্ম্মানুষ্ঠান করিবে।†

উদ্দেশ্য সফল করিতে হইলে অগ্রে ধর্ম্মে অস্খলিত থাকিতে হইবে। নচেৎ উদ্দেশ্যসিদ্ধি হইবে না। ধর্ম্ম ব্যতিরেকে শত চেষ্টাতেও অভিলষিত ফল লাভ হইবে না।

যেমন ভেকগণ নিপানে (ক্ষুদ্র জলাশয়ে), পক্ষিগণ রসালফলে স্বতই

* বিদ্যা বিত্তং বপুঃ শৌর্য্যং কুলে জন্ম বিরোগিতা।
সংসারোচ্ছিত্তিহেতুশ্চ ধর্ম্মাদেব প্রকীর্ত্তিতঃ॥
অর্থসিদ্ধিং পরামিচ্ছন্ ধর্ম্মমেবাদিতশ্চরেৎ।
নহি ধর্ম্মাদ্বিনৈশ্বর্য্যং স্বর্গলোকাদিবামৃতং॥
ধর্ম্মং চিন্তয়মানো হি যদি প্রাণৈর্ব্বিমুচ্যতে।
ততঃ স্বর্গমবাপ্নোতি ধর্ম্মস্যৈতৎ ফলং বিদুঃ॥
বাল এব চরেদ্ধর্ম্মমনিত্যং জীবিতং যতঃ।
ফলানামিব পক্কানাং শশ্বৎ পতনতো ভয়ং॥
ন কামান্নচ সংরম্ভান্নোদ্বেগাদ্ধর্ম্মমুৎসৃজেৎ॥
ধর্ম্ম এব পরে লোক ইহ চৈবাশ্রয়ঃ সতাং॥
একস্মিন্নপ্যতিক্রান্তে দিবসে ধর্ম্মবর্জ্জিতে।
দস্যুভির্মুষিতস্যেব যুক্তমাক্রন্দিতুঞ্চিরং॥
যস্য ত্রিবর্গশূন্যস্য দিনান্যায়ান্তি যান্তি চ।
স লোহকারভস্ত্রেব শ্বসন্নপি ন জীবতি॥
ইতি চতুর্ব্বর্গ চিন্তামণিধৃত মহাভারত।

† ধর্ম্মাৎ সঞ্জায়তে হ্যর্থো ধর্ম্মাৎ কামোঽভিজায়তে।
তস্মাদেব পরং ব্রহ্ম তস্মাদ্ধর্ম্মং সমাশ্রয়েৎ॥
ইতি চতুর্ব্বর্গ চিন্তামণিধৃত কূর্ম্মপুরাণ।

পতিত হয়, সেরূপ ধার্ম্মিক জনকে লক্ষ্য করিয়া সমস্তসম্পৎ স্বতই উপস্থিত হইয়া থাকে।*

ধর্ম্ম হইতে প্রকৃষ্ট জ্ঞান লাভ হইয়া থাকে। অতএব শত শত বাধা বিঘ্ন অতিক্রম করিয়াও ধর্ম্মই আচরণ করিবে।†

ধর্ম্ম নাশ করিলে সেই নষ্ট ধর্ম্মই মনুষ্যকে বিনাশ করে, এবং ধর্ম্ম রক্ষা করিলে, রক্ষিত ধর্ম্মই রক্ষা করে। অতএব ধর্ম্ম নষ্ট করিবে না। ধর্ম্মকে নষ্ট না করিলে, ধর্ম্মও কাহাকেও নষ্ট করে না।‡

ধর্ম্মানুষ্ঠানে উন্নতি ও অধর্ম্মানুষ্ঠানে অধোগতি লাভ হয়। (পূর্ব্বে ভারতের উন্নতি, এবং ইদানীং অধোগতির কারণ ধর্ম্ম ও অধর্ম্মই জানিবে)।¶

এবং অথর্ব্ববেদে আছে--

ধর্ম্ম রক্ষিত হইলে ধন, পুত্র ও সম্পত্তি বর্দ্ধিত হইয়া থাকে।§

---

* কামার্থী লিপ্সমানস্তু ধর্ম্মমেবাদিতশ্চরেৎ।
ন হি ধর্ম্মাদৃতে কিঞ্চিদ্ প্রাপমিতি মে মতিঃ॥
নিপানমিব মণ্ডূকাঃ রসপূর্ণমিবাণ্ডজাঃ।
শুভকর্ম্মাণমায়ান্তি বিবশাঃ সর্ব্বসম্পদঃ॥
ইতি তত্রৈব বেদব্যাসের মত

† ধর্ম্মাৎ সুখঞ্চ জ্ঞানঞ্চ যস্মাদুভয়মাপ্নুয়াৎ।
তস্মাৎ সর্ব্বং পরিত্যজ্য ধর্ম্মমেব সমাচরেৎ॥ ইতি তত্রৈব স্কন্দপুরাণ।

‡ ধর্ম্ম এব হতো হন্তি ধর্ম্মো রক্ষতি রক্ষিতঃ।
তস্মাদ্ধর্ম্মো ন হন্তব্যো মা নো ধর্ম্মো হতোঽবধীৎ॥ ইতি মনু॥

¶ "ধর্ম্মেণ গমনমূর্দ্ধং গমনমধস্তাদ্ ভবত্যধর্ম্মেণ।
ইতি সাংখ্যকারিকা ৪৪ শ্লোক।

§ "ইয়ং নারী পতিলোকং বৃণানা নিপদ্যত উপত্বা মর্ত্ত্য প্রেতং।
ধর্ম্মং পুরাণমনুপালয়ন্তী তস্মৈ প্রজাং দ্রবিণঞ্চেহ ধেহি॥"
ইতি অথর্ব্ব বেদে ১৮।৩।১।

শুক্ল যজুর্ব্বেদে আছেঃ—

যিনি ধর্ম্মে অনুরক্ত, তিনি প্রজা সমূহের রাজা হইয়া থাকেন। (১৬)

ভগবান্ শ্রীকৃষ্ণ বলিয়াছেন—

"স্বল্পমপ্যস্য ধর্ম্মস্য ত্রায়তে মহতো ভয়াৎ" (গীতা)

অর্থ—এই আর্য্যধর্ম্ম অল্পমাত্র অনুষ্ঠিত হইলেও তাহার শক্তিতে অতিমাত্র ভয় হইতে নিস্তার পাওয়া যায়।

বেদবিরুদ্ধবাদী বৌদ্ধ প্রভৃতিরাও ধর্ম্মের অপূর্ব্বশক্তি স্বীকার করিয়াছেন। যথা—

বৌদ্ধ মত,—

আমি ধর্ম্ম শ্রবণ করিব, আমার মন ধর্ম্মে অনুরক্ত, ধর্ম্ম হইতে অপর কিছুই শ্রেষ্ঠ বস্তু নাই, ধর্ম্মই সম্পৎ ও সুখের মূল কারণ। (১৭)

খ্রীষ্টীয় মত,—

ধর্ম্মই ঈশ্বর লাভের উপায়। (বাইবেল ৫ অধ্যায় ২০ শ্লোক)

ধার্ম্মিক লোক জগতে সূর্য্যের সমান প্রকাশ পায়। (বাইবেল ১৩ অধ্যায় ৪৩ শ্লোক)

মহম্মদীয় মত,—

এই ত্রিজগতের পালক এক জনই আছেন, তদ্ভিন্ন আর কেহই পরিত্রাতা নাই, অন্তরাত্মাতে ঈদৃশ চিরস্থায়ী দৃঢ় বিশ্বাস ক্ষণকালের জন্যও সন্দেহে বিচলিত না হওয়া ইহাকেই ধর্ম্ম "ইমান্" "দীন্"

---

* "জজ্ঞাভ্যাং পদ্ভ্যাং ধর্ম্মোঽস্মি বিশি রাজা প্রতিষ্ঠিতঃ॥"

ইতি শুক্ল যজুর্ব্বেদে ২০।৯।

+ ধম্মমেব শুনিস্সামি ধম্মে মে রমতি মনো। ন হি ধম্মাদপরমত্থি ধম্মমূলা সম্পদত্থি॥ (ইতি সরস বাহিনী পুস্তকে বগ্গ আদি॥ ১৭)

অথবা "ইশলাম্" বলে। (কোরাণ ২৬ সে পারা, অহ্‌কাপ্ সুরা, ২ রুকু, ১ আয়ত)

এবং নিঃসন্দেহাত্মা ধার্ম্মিক, ঈশ্বরের নাম শুনিবামাত্রেই চকিত ভাবে বিস্ময়ের সহিত তাঁহার বিভূতি চিন্তায় মগ্ন হইয়া থাকেন। জ্ঞান চক্ষুতে সর্ব্বত্রই তাঁকে দেখিতে পান। তদ্ভিন্ন আর কিছুই দেখেন না। একমাত্র ঈশ্বরকেই অবলম্বন করিয়া থাকেন, এবং উপাসনা করেন, এ হেতু জগতে ভীত হন্ না। কোন ও প্রাণী তাহার ভয় উৎপাদন করিতে পারে না। সকল জীবই তাহাকে বন্ধুবৎ দেখে। তিনি অল্প কিম্বা বহু যাহা পান তাহাই বিতরণ করেন। কিছুই সঞ্চয় করেন না। এবংবিধ পুরুষই ধার্ম্মিক বা "মোমেন" "অলি" অথবা "প্রিয়া" নামে অভিহিত হইয়া থাকেন। (কোরান ৯ সেপারা, আন্ ফালসুরা, রুকু ৩ আয়ত)

ধর্ম্মদ্রোহির প্রতি ঈশ্বর প্রসন্ন থাকেন না। [কোরাণ, সুরা হজ্ব, রুকু ৫ আয়ত ৫)।

এবং সর্ব্ব শক্তিমান্ ঈশ্বর সেই ধার্ম্মিকের সাহায্য অবলম্বন করিয়া থাকেন্। (কোরাণ, সুরা হজ্ব, রুকু ৬। আয়ত ১০) (৪১)।

এবং যে ব্যক্তি ধর্ম্মদ্রোহী, তাহাকে আমি (ঈশ্বর) শাসন করি, এবং দুঃখ প্রদান করিয়া থাকি। (কোরাণ, সুরা হাম, সজ্দা রুকু ৪ আয়ত ৭)। (*)

এখন দেখা গেল নাস্তিক ব্যতীত সকলেরই ধর্ম্ম সম্বন্ধে ঐকমত্য আছে, অর্থাৎ সকলেই ধর্ম্ম মানেন, এবং অধর্ম্মকে ভয় করিয়া থাকেন।

(*) ধর্ম্মশক্তি বিষয়ে শ্রুতি পুরাণাদির ভূরি ভূরি প্রমাণ পাওয়া যায়। গ্রন্থ বৃদ্ধি ভয়ে আর অধিক দেওয়া হইল না।

অধর্ম্মের শক্তি।

এইত গেল ধর্ম্মশক্তির কথা। এখন অধর্ম্মের ও যে দুঃখ-দায়িনী শক্তি আছে, তাহা ধর্ম্ম শক্তির ব্যাখ্যা দ্বারা ও প্রকারান্তরে ব্যক্ত হইয়াছে।

অধর্ম্ম শক্তি বিষয়ে ও অনেকানেক প্রমাণ শ্রুতি স্মৃতি পুরাণাদিতে বর্ত্তমান রহিয়াছে, এখানে কেবল দুই একটী প্রমাণ মাত্র উদ্ধৃত হইতেছে।

অধার্ম্মিকগণের আশু উন্নতি ও খাদাখাদ্য ইত্যাদিতে সুবিধা দেখিয়া, এবং স্বধর্ম্মে আপাততঃ অসুবিধা দেখিয়া অধর্ম্মাচরণে মনে নিবেশ করিবে না। *

অধর্ম্মাচরণে মনুষ্য প্রথমতঃ বর্দ্ধিষ্ঠ হয়। তারপর লোকে খ্যাতি প্রতিপত্তি বিস্তৃত হয়! তৎপরে শত্রুদিগকে জয় করিতে সমর্থ হইয়া থাকে। কিন্তু অবশেষে সমূলে বিনাশ প্রাপ্ত হয়॥ †

শ্রুতি স্মৃতি বিরুদ্ধ কর্ম্মই রোগ, শোক, দুঃখ দারিদ্র ও নরকের কারণ। ‡

পূর্ব্বে কেবল দেশ কাল ও জাতি নির্ব্বিশেষে সাধারণ ধর্ম্ম অহিংসাদি বিষয়ই বলা হইয়াছে, কিন্তু তদ্ব্যতীত দেশধর্ম্ম কুলধর্ম্ম ব্যক্তিধর্ম্ম ও যোষি-

---

* ন সীদন্নপি ধর্ম্মেণ মনোঽধর্ম্মে নিবেশয়েৎ
অধার্ম্মিকানাং পাপানামাশু পশ্যন্ বিপর্য্যয়ং।
মহাভারত, আদি। ৮০।২।

† অধর্ম্মে নৈধতে তাবৎ ততো ভদ্রানি পশ্যতি।
ততঃ সপত্নান্ জয়তি সমূলস্তু বিনশ্যতি॥
যদি নাত্মনি পুত্রেষু নোচেৎ পুত্রেষু নপ্তৃষু।
ন ত্বেব তু কৃতোঽধর্ম্মঃ কর্ত্তুর্ভবতি নিষ্ফলঃ॥ (মনু ৪।১৭১—১৪৭)

‡ অধর্ম্মো নরকাদীনাং হেতুর্নিন্দিত কর্ম্মজঃ।
ভাষাপরিচ্ছেদঃ॥

ধর্ম্ম প্রভৃতি বিশেষ বিশেষ ধর্ম্ম, অনেক প্রকার আর্য্য ঋষিগণ শাস্ত্রে নির্ণয় করিয়া গিয়াছেন, কিন্তু দীর্ঘজীবন ও স্বাস্থ্যের হেতু বিশেষ ধর্ম্মও অবশ্য পালনীয় বলিয়া ইহা সদাচার প্রকরণে এ সম্বন্ধে যা বলিবার বলা হইবে।

সদাচার।

মহর্ষি মনু দেশ কাল ও জাতি নির্ব্বিশেষে ধৃতি ক্ষমা ইত্যাদি সাধারণ ধর্ম্ম দশবিধ বলিয়াছেন, আবার বিশেষ বিশেষ ধর্ম্ম বলিবার অভিপ্রায়ে সদাচার রূপ ধর্ম্মকে সকলের শীর্ষ স্থানীয় বলেন—

"আচারঃ পরমো ধর্ম্মঃ শ্রুত্যুক্তঃ স্মার্ত্ত এব চ।
তস্মাদস্মিন্ সদাযুক্তো নিত্যং স্যাদাত্মবান্ দ্বিজঃ॥" ১।১০৮

অর্থ—সদাচার সর্ব্ব শ্রেষ্ঠ ধর্ম্ম, ইহা বেদ ও স্মৃতি শাস্ত্র দ্বারা কথিত হইয়াছে, অতএব সচ্চরিত্র দ্বিজগণ সর্ব্বদাই সদাচার অনুষ্ঠানে যত্নবান্ হইবেন।

"এবমাচরতো দৃষ্ট্বা ধর্ম্মস্য মুনয়ো গতিং।
সর্ব্বস্য তপসো মুলমাচারং জগৃহুঃ পরং॥" ১।১১০

অর্থ—যাহারা উক্তরূপ আচারে পরিনিষ্ঠিত হইয়াছেন, তাঁহারাই সম্পূর্ণ রূপে অহিংসাদি ধর্ম্মের ফল লাভ করিতে পারিয়াছেন, ইহা দেখিয়া পূর্ব্বতন মুনিগণ সদাচারকেই সকল তপস্যার মূল জানিয়া যত্নে গ্রহণ করিয়াছেন।

যে সদাচারের বলে স্বাস্থ্য ও আয়ু বৃদ্ধি হয়, সেই সদাচার কাহাকে বলে? ইহার উত্তরে মনু বলেন—

"তস্মিন্ দেশে য আচারঃ পারম্পর্য্যক্রমাগতঃ।
বর্ণামাং সান্তরালানাং স সদাচার উচ্যতে॥" ১।১৮

---

* "আচার মেব মন্যন্তে গরীয়ো ধর্ম্ম লক্ষণং॥" মহা, ভাং; শান্তি, আপাৎ ১৩২।১৫]

অর্থ—সরস্বতী ও দৃশদ্বতী এই নদীদ্বয়ের মধ্যবর্ত্তী ব্রহ্মাবর্ত্তনামক দেশে ব্রাহ্মণাদি বর্ণচতুষ্টয় ও বর্ণসঙ্করের আবহমান কাল ক্রমাগত যাহা "আচার" রূপে ব্যবহৃত হইয়া আসিতেছে, তাহাকেই "সদাচার" বলে। কেন না সে দেশেই প্রথমে সজ্জনগণের আবির্ভাব হইয়াছিল।

আচার ভ্রষ্ট ইহলে কোন ধর্ম্মেরই ফল লাভ হয় না, ইহাই সত্যবাক্য। ঋষিগণ বলেন—

"আচারাল্লভতে হ্যায়ুরাচারাদীপ্সিতাঃ প্রজাঃ।
আচারাদ্ধনমক্ষয্যমাচরো হন্ত্যলক্ষণং ॥
দুরাচারো হি পুরুষো লোকে ভবতি নিন্দিতঃ।
দুঃখভাগী চ সততং ব্যাধিতোঽল্পায়ুরেব চ ॥
সর্ব্বলক্ষণহীনোঽপি যঃ সদাচারবান্ ভবেৎ।
শ্রদ্দধানোঽনসূয়শ্চ শতং বর্ষাণি জীবতি ॥"

(মনু ৪।১৫৫—। বিষ্ণু ৭১।৯০—। বশিষ্ঠ ৬।১— ॥)

অর্থ—সদাচারবান্ মানব দীর্ঘজীবী হয়, মনোমত সন্তান লাভ করে, সদাচারের প্রভাবে লব্ধ ধন স্থায়ী হয় এবং সহজাত কোনও দুষ্টলক্ষণ থাকিলেও সদাচারের বলে তাহা নষ্ট হইয়া যায়। আচার ভ্রষ্ট পুরুষ, জন সমাজে নিন্দিত, সর্ব্বদা দুঃখভাগী, রোগে জর্জ্জরিত ও অল্পায়ু হয়। অঙ্গ প্রত্যঙ্গের দুর্লক্ষণ থাকিলেও যে মানব সদা সদাচারপূত হয়, শাস্ত্র বাক্যে শ্রদ্ধাযুক্ত হয়, এবং গুণি ব্যক্তির দোষাবিষ্কার না করে, সে শত বৎসর সুখে জীবিত থাকে।

"লক্ষণৈঃ পরিহীনোঽপি, সম্যগাচারতৎপরঃ।
শ্রদ্ধালুরনসূয়শ্চ, নরো জীবেৎ সমাঃ শতং ॥
দুরাচাররতো লোকে, গর্হণীয়ঃ পুমান্ ভবেৎ।
ব্যাধিভিশ্চাভিভূয়েত সদাল্পায়ুঃ সুদুঃখভাক্ ॥

আচারঃ পরমো ধর্ম্ম, আচারঃ পরমং তপঃ।
আচারাদ্বর্দ্ধতে হ্যায়ুরাচারাৎ পাপসংক্ষয়ঃ॥”
(কাশীখণ্ড। ৩৫।২৫।২৬।২৭)

অর্থ—লোক দেখিতে দুর্লক্ষণ হইলেও সদাচারে থাকিলে দীর্ঘজীবী হইতে পারে। আর আচার ভ্রষ্ট পুরুষ সুলক্ষণ হইলেও রুগ্নস্বভাব ও অল্পায়ু ও দুঃখী হয়। আচারই পরম ধর্ম্ম, আচারই পরম তপস্যা, আচার বলে পাপনষ্ট হয় এবং আয়ুর্ব্বৃদ্ধি হয়।

ধর্ম্ম ও সদাচার সম্বন্ধে স্মৃতি শাস্ত্রের প্রমাণ প্রদর্শিত হইল। এ স্থানে আশঙ্কা হইতে পারে যে, মন্বাদি স্মৃতিকারেরা অবশ্য কর্ত্তব্য বিষয়ে কোথাও পাপের ভয়, কোথাও বা রোগের ভয়, কোথাও বা মৃত্যুর ভয় দেখাইয়াছেন মাত্র, ফলতঃ তাহা কিছুই নহে; ধর্ম্মে ও সদাচারে আয়ুর্ব্বৃদ্ধি যে হয়, ইহা বিশ্বাস যোগ্য নহে। তাঁহাদের কথার উত্তরে বলা যায় যে, ধর্ম্মশাস্ত্রকার মনু প্রভৃতি ঋষিগণ ধর্ম্মানুরোধে ওরূপ শাসন বাক্য প্রণয়ন করিয়াছেন, একথা ধরিয়া লইলেও শারীরতত্ত্ববিৎ চরকাদি ঋষিগণের কথার উপরে ওরূপ আশঙ্কা করা ত কিছুতেই হইতে পারে না। কারণ তাঁহারা মুখ্যরূপে বস্তুশক্তি বিচার করিবার জন্যই দৃঢ় প্রতিজ্ঞ হইয়াই স্বর্গ নরক বা পাপ পুণ্যের প্রতি বিশেষ লক্ষ্য করেন নাই। শাস্ত্রে দেখা যায় তাঁহারা হিন্দুর অস্পৃশ্য গোমাংস মল মূত্র প্রভৃতির ও গুণাগুণ বিচার করিয়াছেন, এবং চিকিৎসার্থ বা রোগের পথ্যের জন্য নানা প্রকারের অভক্ষ্য ভক্ষণের ব্যবস্থা দিতেও কুণ্ঠিত হন নাই। অতএব যখন চরকাদি মহর্ষিগণও ধর্ম্ম ও সদাচারে আয়ুর্ব্বৃদ্ধি ও স্বাস্থ্য রক্ষা হয়, একথা এক বাক্যে বলিয়াছেন,* তখন আর তদ্বিষয়ে সন্দেহ করিবার কোন কারণ নাই।

আয়ুর্ব্বেদে সদাচার।

---

* সুখঞ্চ ন বিনা ধর্ম্মাত্তস্মাদ্ধর্ম্মপরো ভবেৎ। [বাগভট, সূত্র, ২ অ, ২০]

ধর্ম্মশাস্ত্রে কথিত আছে "দুরাচার পুরুষ ব্যাধিগ্রস্ত ও অল্পায়ু হয়"। আয়ুর্ব্বেদে 'দুরাচার' শব্দ স্পষ্টরূপে ব্যবহৃত হয় নাই। কিন্তু তাহার পরিবর্ত্তে ব্যাধির হেতু অধর্ম্ম এবং নিম্নলিখিত কারণ ত্রয় নির্দ্দিষ্ট হইয়াছে,—১ অসাত্ম্যেন্দ্রিয়ার্থ সংযোগ, ২ প্রজ্ঞাপরাধ, ৩ পরিণাম। *

অসাত্ম্যেন্দ্রিয়ার্থ সংযোগ যথা—

যে সকল শব্দ, স্পর্শ, রূপ, রস এবং গন্ধ, ইন্দ্রিয়ের অনভ্যস্ত, হঠাৎ তাহার অত্যন্ত উপভোগ, অনুপভোগ অথবা মিথ্যাযোগ, ইহার নাম অসাত্ম্য-ইন্দ্রিয়ার্থ সংযোগ। ইহা ব্যাধির কারণ। যথা—কানের নিকটে রেল্‌ওয়ের বাঁশী চব্বিশ ঘণ্টা নিরন্তর বাজিলে, অথবা সপ্তাহকাল নিরর্থক কানে তুলার ছিপি দিয়া শব্দশ্রবণ বন্ধ রাখিলে, বধিরতা রোগ জন্মে। ইহা শব্দের-অসাত্ম্যেন্দ্রিয়ার্থ সংযোগ। অনভ্যস্ত শীতোষ্ণাদির অত্যন্ত সহন, বা একেবারে অসহন, বা মিথ্যাসহন স্পর্শের অসাত্ম্য ইন্দ্রিয়ার্থ সংযোগ। যেমন—বঙ্গ দেশে ষড়্ ঋতুর স্বাভাবিক শীত বা গ্রীষ্ম বঙ্গবাসীর চিরাভ্যস্ত, কিন্তু বিনা রোগের অনুরোধে সুধু সখ করিয়া, যে সকল লোক দারজিলিং বা নাইনিতাল বা বিলাতে যান, তাঁহাদের সেই শীত সেবন, রোগ ও অল্পায়ুর কারণ হয়। প্রচণ্ড সূর্য্যাদির রূপ অতি মাত্র দর্শন, অথবা একেবারেই দীর্ঘকাল চক্ষু মুদ্রিত করিয়া কোনই রূপের অদর্শন বা, অতি সূক্ষ্ম অক্ষরাদি বিশেষ কষ্ট করিয়া বা তীব্র বা ক্ষীণ আলোকে পাঠ করা, রূপের অসাত্ম্য ইন্দ্রিয়ার্থ সংযোগ। লবণাদি রসের অত্যন্ত আস্বাদন, একেবারে অনাস্বাদন, বা নিরর্থক আস্বাদন করা, রসের অসাত্ম্য ইন্দ্রিয়ার্থ সংযোগ হইলে রোগ ও অল্পায়ুর কারণ হয়। যেমন—ব্রাহ্মণের পলাণ্ডু, ইংরেজী ঔষধ, বা

"ইত্যাচারঃ সমাসেন সম্প্রাপ্নোতি সমাচরন্।
আয়ুরারোগ্যমৈশ্বর্য্যং যশোলোকাংশ্চ শাশ্বতান্॥" [বাগভট, সূত্র ২।৪৮]

* "ত্রিবিধম সাত্ম্যেন্দ্রিয়ার্থসংযোগঃ প্রজ্ঞাপরাধঃ পরিণামশ্চেত্যতস্ত্রিবিধবিকল্পা ব্যাধয়ঃ" [চরক নিদান স্থান]

অন্যান্য অখাদ্য ভক্ষণ। যে ব্রাহ্মণ কখনও চতুর্দ্দশ পুরুষেও পলাণ্ডু খায় নাই, সে যদি তাহা ব্যবহার করে, তবে সেই বিশুদ্ধ জন্মা ব্রাহ্মণ বিবিধ রোগে আক্রান্ত ও অল্পায়ু হইবে। এবং মদ্যাদি মিশ্রিত বিদেশজাত ঔষধও বিশুদ্ধ হিন্দুর পক্ষে অসাত্ম্য ইন্দ্রিয়ার্থ সংযোগ কি না? ইহাও বিবেচ্য। সদ্‌গন্ধ বা অসদ্‌গন্ধের অতিশয় গ্রহণ, একান্ত অগ্রহণ, বা মিথ্যা গ্রহণ, গন্ধের অসাত্ম্যেন্দ্রিয়ার্থ সংযোগ হইলে অজিঘ্রতা রোগের কারণ হয়।

প্রজ্ঞাপরাধ যথা—

"ধী-ধৃতি-স্মৃতি-বিভ্রষ্টঃ কর্ম্ম যৎ কুরুতেঽশুভং।
প্রজ্ঞাপরাধং তং বিদ্যাৎ সর্ব্বদোষপ্রকোপনং॥
উদীরণং গতিমতামুদীর্ণানাঞ্চ নিগ্রহঃ।
সেবনং সাহসানাঞ্চ নারীণাঞ্চাতিসেবনং॥
কর্ম্মকালাতিপাতশ্চ মিথ্যারম্ভশ্চ কর্ম্মণাং।
বিনয়াচারলোপশ্চ পূজ্যানাঞ্চাভিধর্ষণং॥
জ্ঞাতানাং স্বয়মর্থানামহিতানাং নিষেবনং।
পরমৌন্মাদিকানাঞ্চ * প্রত্যয়ানাং নিষেবনং॥
অকালদেশসঞ্চারো মৈত্রী সংক্লিষ্টকর্ম্মভিঃ।
ইন্দ্রিয়োপক্রমোক্তস্য সদ্‌বৃত্তস্য চ বর্জ্জনং॥
ঈর্ষা-মান-মদ-ক্রোধ-লোভ-মোহ-মদ-ভ্রমাঃ।
তজ্জং বা কর্ম্ম যৎ ক্লিষ্টং ক্লিষ্টং যদ্দেহকর্ম্ম চ॥
যচ্চান্যদীদৃশং কর্ম্ম রজোমোহসমুত্থিতং।
প্রজ্ঞাপরাধং তং শিষ্টা ব্রুবতে ব্যাধিকারণং॥

---

* কালবুদ্ধীন্দ্রিয়ার্থানাং যোগা মিথ্যা ন চাতি চ।
দ্বয়াশ্রয়াণাং ব্যাধীনাং ত্রিবিধো হেতু সংগ্রহঃ॥" [চরক, সূত্র,]

বুদ্ধ্যা বিষম বিজ্ঞানং বিষমঞ্চ প্রবর্ত্তনম্।
প্রজ্ঞাপরাধং জানীয়াৎ মনসা গোচরং হি তৎ॥
(চরক, শারীর, ১ অধ্যায়)

অর্থ—নিজের বুদ্ধি, ধৈর্য্য ও স্মৃতিভ্রংশ দোষে যে সকল অনুচিত কর্ম্ম করা হয়, তাহাকে প্রজ্ঞাপরাধ কহে। এই প্রজ্ঞাপরাধ যাহার ঘটে, তাহার শরীরস্থ বাতপিত্ত ও শ্লেষ্মা এই ত্রিদোষ প্রকুপিত হইয়া, বিবিধ রোগ জন্মায়। স্বভাবতঃ বেগ না জন্মিলেও মিছামিছি বেগ দিয়া মলমূত্র ত্যাগ করা, এবং মলমূত্রের স্বাভাবিক বেগ রোধ করা, দুঃসাহসের কার্য্য করা, অত্যন্ত স্ত্রীসংসর্গ, যথা সময়ে স্নান, সন্ধ্যা, পূজা ও আহারাদি না করা, এবং বিনা প্রয়োজনে পরিশ্রম সাধ্য কর্ম্ম করা, সমুচিত বিনয় ও নিজ নিজ সদাচার পরিত্যাগ, সম্মানার্হ পিত্রাদি গুরুজনের প্রতি অবজ্ঞা প্রদর্শন, অর্থাৎ পিতা মাতা জ্যেষ্ঠভ্রাতাদি গুরু-জনকে "তুমি" ইত্যাদি অবজ্ঞা সূচক শব্দাদি দ্বারা বা কার্য্য দ্বারা আক্রমণ করা, * জানিয়া শুনিয়া অহিত কর্ম্মের অনুষ্ঠান, উন্মাদ

---

* অধিক কি বলিব? গুরুজনকে, "তুমি" বলা বধতুল্য অপমান জনক।

মহাভারতে আছে—অর্জ্জুনের প্রতিজ্ঞাছিল যিনি তাঁহার গাণ্ডীব ধনুর নিন্দা করিবেন, তাঁহাকেই তিনি বধ করিবেন। কর্ণবধের উপলক্ষ্যে যুধিষ্ঠির গাণ্ডীব নিন্দা করেন। তখন স্বপ্রতিজ্ঞা রক্ষার জন্ত অর্জ্জুন যুধিষ্ঠিরের শিরশ্ছেদার্থ উদ্যত হইলে ভগবান্ শ্রীকৃষ্ণ অনেকানেক উপদেশ বাক্যের পরে বলিয়াছিলেন যে"—

"ত্বমিত্যত্রভবন্তং হি ব্রূহি পার্থ যুধিষ্ঠিরং।
ত্বমিত্যুক্তো হি নিহতো গুরুর্ভবতি ভারত॥" (মহা, কর্ণ, ৬৯।৮৩)

অর্থ—হে পার্থ সম্মানার্হ যুধিষ্ঠিরকে আপনি না বলিয়া "তুমি" বল, যে হেতু গুরুতর ব্যক্তিকে তুমি বলিলেই তাহার শিরশ্ছেদ করা হয়।

মহর্ষি বিষ্ণু বলেন—" ন চ গুরূণাং ত্বমিতি ব্রূয়াৎ" (৩২।১৮) অর্থ—গুরুতর ব্যক্তিকে "তুমি" বলিবে না।

রোগের কারণ—বিরুদ্ধ ভোজনাদি করা, * অসময়ে অথবা অগম্য ম্লেচ্ছদেশে গমন করা, ভদ্রলোকের কাষ্ঠচ্ছেদনাদি ক্লেশজনক কর্ম্ম করা, এবং (চরকের) ইন্দ্রিয়োপক্রমণীয় অধ্যায়োক্ত সচ্চরিত্রতা পরিত্যাগ, ঈর্ষা, † অহঙ্কার মত্ততা, ক্রোধ, লোভ, অজ্ঞানতা, ভ্রম ‡ এবং ঈর্ষাদি জনিত পরের অনিষ্টাচারণের অথবা নিজের দৈহিক অনিয়মাচরণ এবং রজোগুণে

মহর্ষি শঙ্খ বলেন—

হুঙ্কারং ব্রাহ্মণস্যোক্ত্বা ত্বঙ্কারঞ্চ গরীয়সঃ।
দিনমেকং ব্রতং কুর্য্যাৎ প্রণতঃ সুসমাহিতঃ (৫৬)

অর্থ—ব্রাহ্মণের কথার উপরে হুঁঃ এরূপ ক্রোধ বাঞ্জক তুচ্ছতা সূচক শব্দ, এবং পিত্রাদি গুরুজনকে "তুমি" উক্তি করিবে না; করিলে এই পাপের প্রায়শ্চিত্ত, একদিন উপবাস করিয়া সেই গুরুজনকে পাদগ্রহণাদি দ্বারা প্রসাদিত করিবে।

* বিরুদ্ধ-দুষ্টাশুচি-ভোজনানি প্রধর্ষণং দেব-গুরু-দ্বিজানাং॥"
[চরক, চিকিৎসা, ১৪ অ]

✓ অর্থ—বিরুদ্ধ ভোজন [দুগ্ধ ও মৎস্য একত্র ভোজন] দুষ্ট বস্তু [পাঁচ গলা, দুর্গন্ধাদি] ভোজন. অশুচি—অপবিত্র বস্তু [ম্লেচ্ছাদি স্পৃষ্ট বা গো, কুক্কুট মাংসাদি] ভোজন, দেবতা, গুরুজন ও ব্রাহ্মণের অপমান করা, প্রায়ই উন্মাদ রোগের কারণ।

† বেদব্যাস বলেন—

য ঈর্ষুঃ পরবিত্তেষু রূপে বীর্য্যে কুলান্বয়ে।
সুখসৌভাগ্যসৎকারে তস্য ব্যাধিরনন্তকঃ॥ (মহা, উদ্যো, ৩৪।৪২)

অর্থ—যে সকল ব্যক্তি পরের ধনসম্পত্তি রূপ ক্ষমতা কৌলিন্য বংশবৃদ্ধি সুখ সৌভাগ্য এবং সম্মানাদি দর্শনে ঈর্ষাদোষে জ্বলিয়া পুড়িয়া মরে, তাহাদিগের ব্যাধির শেষ নাই।

‡ বিদুর বলেন—

"অতিমানোঽতিবাদশ্চ তথাঽত্যাগো নরাধিপ।
ক্রোধশ্চাত্মবিবিৎসা চ মিত্রদ্রোহশ্চ তানি ষট্॥
এত এবাসয়স্তীক্ষ্ণাঃ কৃন্তন্ত্যায়ূংষি দেহিনাং।
এতানি মানবান্ ঘ্নন্তি ন মৃত্যুর্ভদ্রমস্তু তে॥"
(মহা, উদ্যো, ৩৭।৯)

তমোগুণে আক্রান্ত হইয়া, যে সকল কর্ম্ম করা হয়, পণ্ডিতেরা তাহাকে জ্ঞাপরাধ বলেন। উক্ত প্রজ্ঞাপরাধ ব্যাধির কারণ জানিবে। স্বকপোলল্পিত ·বুদ্ধিদ্বারা বিপরীতভাবে পদার্থ নির্ণয়, এবং বিপরীতভাবে কর্ম্মে রবৃত্তি হওয়াও প্রজ্ঞাপরাধ. এই প্রজ্ঞাপরাধ কেবল আপন আপন মনেই না যায়।

ইন্দ্রিয়োপক্রণীয় সচ্চরিত্রতা যথা—

"দেব গোব্রাহ্মণ সিদ্ধাচার্য্যান্ অর্চ্চয়েৎ। অতিথীনাং পূজকঃ পিতৃভ্যাঃ গুদঃ। বশ্যাত্মধর্ম্মাত্মা নানৃতং ব্রূয়াৎ। * নান্যস্ত্রিয়মভিলষেৎ। ধার্ম্মিকৈঃ সহাসীত। † ন পাপবৃত্তান্ ভৃত্যান্ ভজেত। নানার্য্যশ্রয়েৎ। নান্নাত্তান্নমাদদীত। ন পর্য্যুসিতং। ন নক্তং দধি ভুঞ্জীত। সন্ধ্যাস্বভ্যবহারসেবী স্যাৎ। ন বুদ্ধীন্দ্রিয়াণামতিভারমাদধ্যাৎ।"

স্ব স্ব বৃত্তং যথোদ্দিষ্টং যঃ সম্যগনুতিষ্ঠতি।
স সমাঃ শতমব্যাধিরায়ুষা ন বিযুজ্যতে॥" ‡ চরক, সূত্রঃ ৮অঃ।

অর্থ—অত্যহঙ্কার অতিবিবাদ কৃপণতা ক্রোধ আত্ম প্রশংসা এবং মিত্র দোহ, এই ছয়টী ই তীক্ষ্ণলোহাস্ত্র স্বরূপ মানবগণের আয়ু তরুকে ছেদন করে, এই কয়টী আয়ুক্ষয়ের কারণ না লে অকালে মৃত্যু ঘটে না।

* দেবব্রতমাতা সত্যবতী বলেন—

যথা কর্ম্ম শুভং কৃত্বা স্বর্গোপগমনং ধ্রুবং।
তথা চায়ুর্ধ্রুবং সত্যে ত্বয়ি ধর্ম্মস্তথাধ্রুবঃ॥" (মহা, আদি, ১০৩।৪)

অর্থ—হে পুত্র! যেমন সৎকর্ম্মের ফলে স্বর্গ গমন নিশ্চিত, যেমন সত্য বচনের ফলে আয়ু নিশ্চিত, তেমন তোমাতেও ধর্ম্ম নিশ্চিত॥

† ভগবান্ শঙ্কর বলেন—

"পাপেন কর্ম্মণা দেবি বধ্যো হিংসারতির্নরঃ।
অপ্রিয়ঃ সর্ব্বভূতানাং হীনায়ুরুপজায়তে; (মহা, অনু, ১৪৪।৫২)

অর্থ—হে দেবি হিংসা প্রিয় লোকেরা পাপকর্ম্মের ফলে অন্য হইতে বধ প্রাপ্ত হয়, অথবা াণির অপ্রিয় হইয়া অল্পায়ু হয়।

‡ ইন্দ্রিয়োপক্রমণীয় অধ্যায় অতি বিস্তৃত, তাহা হইতে অতি সংক্ষেপে অল্পমাত্রই হইল।

অর্থ—যাহারা নীরোগ ও দীর্ঘজীবী হইতে ইচ্ছা করিবে, তাহ দেবতা, গো, ব্রাহ্মণ, গুরু, বৃদ্ধ, সিদ্ধপুরুষ ও জ্ঞানীদিগকে সম্মান করিবে অতিথি সৎকার ও পিতৃপুরুষগণের শ্রাদ্ধ করিবে। * জিতেন্দ্রিয় ও স্বধম বলম্বী হইবে। মিথ্যা কথা কহিবে না। পরদারস্পৃহা করিবে ন পাপীর সংসর্গে পাপার্জ্জন করিবে না। অধার্ম্মিকের সহিত একত্র বসি না। দুশ্চরিত্র ভৃত্য রাখিবে না। অনার্য্য জাতির আশ্রয় গ্রহণ করি না। স্নান না করিয়া আহার করিবে না। চক্ষু প্রভৃতি ইন্দ্রিয়কে অ রিক্ত জোর দিয়া দর্শনাদি ক্রিয়া করিবে না। + ইত্যাদি—

যে মানব নিজ নিজ সচ্চরিত্রের সম্যক্ রূপে অনুষ্ঠান করে, সে শ বৎসর যাবৎ কোনও রোগে আক্রান্ত হইবে না।

ইন্দ্রিয়োপক্রমণীয় অধ্যায়ে কথিত উপদেশ না মানিয়া চলাও প্রজ্ঞ পরাধ। এই প্রজ্ঞাপরাধ যাহার ঘটে, তাহার শরীর সর্ব্বদাই রুগ্ন থাকে এবং সে অল্পায়ু হয়। ‡

পরিশেষে শরীরতত্ত্ববিৎ চরকমহর্ষি নির্ব্বন্ধাতিশয় সহকারে বলেন—

"তস্মাদাত্মহিতং চিকীর্ষতা সর্ব্বেণ সর্ব্বং সর্ব্বদা স্মৃতিমাস্থায় সদ্বৃ মনুষ্ঠেয়ং, তদ্ধ্যনুষ্ঠানং যুগপৎ সম্পাদয়ত্যর্থদ্বয়মারোগ্যমিন্দ্রিয়বিজয়ঞ্চেতি।"

(চরক সূত্র ৮ অঃ)

অর্থ—অতএব যাহারা আপনাকে সুখে রাখিতে ইচ্ছা করেন, তাঁহা সকলেই সকল বিষয় সর্ব্বদা স্মরণ রাখিয়া সচ্চরিত্রতার অনুষ্ঠান করিবে

---

* "আয়ু প্রজ্ঞাং ধনং বিদ্যাং স্বর্গং মোক্ষং সুখানি চ।
প্রযচ্ছন্তি তথা রাজ্যং পিতরঃ শ্রাদ্ধতর্পিতাঃ॥"

অর্থ—পিতৃ পিতামহাদিরা শ্রাদ্ধ তর্পণ দ্বারা পরিতৃপ্ত হইয়া পুত্রাদিকে আয়ু বিশুদ্ধ বু ধন বিদ্যা সুখ রাজ্য স্বর্গ এবং মোক্ষ প্রদান করেন।

+ "ন পীড়য়েদিন্দ্রিয়াণি ন চৈতান্যতি লালয়েৎ।
ত্রিবর্গশূন্যং নারম্ভং ভজেত্তঞ্চাবিরোধয়ন্॥" (বাগ্‌ভট, সূত্র। ২।৩০)

‡ উক্ত দোষজ রোগের চিকিৎসা—৫পৃষ্ঠায় "ম হেতু দুষ্টে" হইতে দ্রষ্টব্য।

চরিত্রতার অনুষ্ঠানে দুইটী প্রয়োজন সিদ্ধ হয়, প্রথম আরোগ্য—স্বাস্থ্য-
ক্ষা, দ্বিতীয়তঃ জিতেন্দ্রিয়তা।

বাগ্‌ভটাচার্য্যও বলেন—

"নিত্যং হিতাহারবিহারসেবী,
সমীক্ষ্যকারী বিষয়েষ্বসক্তঃ।
দাতা শমঃ সত্যপরঃ ক্ষমাবান্,
আপ্তোপসেবী চ ভবত্যরোগঃ॥"

(সূত্র, ৪।৩৭ অধ্যায়)

অর্থ—যে ব্যক্তি নিত্যই হিতকর আহার, হিতকর বিহার এবং বিশেষ
বেচনা করিয়া কার্য্য করে, বিষয়ে অত্যন্ত আসক্ত না হয়, দানশীল,
তেন্দ্রিয়, সত্যবাদী, ক্ষমাশীল, এবং সজ্জনের সেবাকারী হয়, তাহার
নই রোগ হয় না।

পরিণাম যথা—

কাল স্বয়ং শীতাদি রূপে পরিণত হইয়া মানবাদিকেও শীতার্ত্ত রূপে
ণত করে, অতএব কালকে পরিণাম কহে। যেমন শীতের সময় শীত
হইয়া গ্রীষ্ম হওয়া, এবং শীতাদির অতিশয় যোগ অযোগ, এবং মিথ্যা
ও পরিণাম। * এই পরিণামও রোগ কারণ জানিবে।

উক্ত অসাত্ম্য ইন্দ্রিয়ার্থ সংযোগ, প্রজ্ঞাপরাধ ও পরিণাম ব্যতীত বাল-
হর আবেশে এক প্রকার জ্বরাদিরোগ হইয়া থাকে, তাহা এক বৎসর
ত দ্বাদশবৎসর বয়স্ক বালকদিগেরই হইয়া থাকে। সচরাচর ঐ রোগকে
তৃকা" বলে। ইহার চিকিৎসার বিধান বৈদ্যকশাস্ত্রে (চক্রদত্তে)
লিখিত প্রকারে বর্ণিত আছে; প্রথম বৎসরে "নন্দানামক মাতৃকা,
য় বৎসরে সুনন্দা, তৃতীয়ে পূতনা, চতুর্থে মুখতুণ্ডিকা, পঞ্চমে কট-
না" ইত্যাদি দেবতার পৃথক্ পৃথক্ মন্ত্রদ্বারা পূজা বলি প্রভৃতি ক্রিয়া,
বালককে বৈদ্যশাস্ত্রোক্ত লশুন সর্ষপ মেষশৃঙ্গ নিম্বপত্র ইত্যাদি দ্বারা ধূপ
করাইবে। অন্য বিধানে এই রোগ চিকিৎসা করিলে ফল হইবে না।

*) "নেক্ষেত প্রততং সূক্ষ্মং" (বাগ্‌ভট, সূত্র, ২।৪০)

আশ্চর্য্যের বিষয় এই যে, আজকাল বৈদ্যেরা পর্য্যন্ত ইংরাজী সভ্য আক্রমণে দেবতার নাম লইতে সাহস করেন না, অপরাপর রোগের ম বালগ্রহেরও চিকিৎসা করেন। ইহার ফলে কোনও উপকার না হই ভুগিয়া ভুগিয়া জ্বর প্লীহা ও যকৃৎ প্রভৃতি দোষে অকালে মায়ের অ করিয়া বালক বালিকাগণ চলিয়া যায়।

মহাভারতের বনপর্ব্বেও বালগ্রহের আবেশ জনিত রোগ উল্লি হইয়াছে। *

স্বধর্ম্মরক্ষা সদাচার ও সচ্চরিত্রতার যে আয়ুর্জননী ও রোগনাশিনী শ আছে, তাহা যে আয়ুর্ব্বেদ সম্মত, ইহা দেখান হইল। স্বধর্ম্ম প্রতিপ সদাচার ও সচ্চরিত্রতা এই তিনটি বস্তুই সাত্ত্বিক বৃত্তির কার্য্য এবং সা বৃত্তিতে রস রক্তাদি সাম্য থাকে বলিয়া রোগ জন্মিতে পারে না। পরধর্ম্ম বা অধর্ম্ম অসদাচার ও গুরুজনের অবমাননা ঈর্ষা ক্রো রজস্তমো বৃত্তির কার্য্য। রজস্তমো বৃত্তিতে শারীরিক রসরক্তাদি বৈ হইয়া রোগ জন্মায়। সাত্ত্বিক বৃত্তিতে আয়ুবৃদ্ধি, বলবৃদ্ধি আরোগ্য ও বৃদ্ধি হয়, আর রজস্তমো বৃত্তিতে আয়ুঃক্ষয় হয়, রোগ অসুখ ইত্যাদি জ ইহা গীতাদি সকল শাস্ত্র ও বিজ্ঞান সিদ্ধ।

সাত্ত্বিকাদি-ধনভেদ।

ধর্ম্ম ও সদাচারের প্রভাবে ধন লাভ হয়, ইহা পূর্ব্বে মুনি বাক্য দ্ব উপপন্ন হইয়াছে। এ স্থলে এই একটা আশঙ্কা হইতে প যে, যাহারা দয়া সত্য বাক্য ও অহিংসা প্রভৃতি ধর্ম্মের ধারে না, এবং তদনুসারে ব্যবহারও করে না, এবং দেশ জাতিধর্ম্ম খাদ্যাখাদ্য সন্ধ্যাপূজা ও দেবদেবী মানে না, তাহাদের মধ্যে অনেককে লক্ষ্মীবান্ ও ধনবান্ দেখা যায়! তবে ধর্ম্ম ও সদাচার প্রভ লোক ধনী হয়, সুখী হয়, ইহা কি করিয়া মানিতে পারা যায়?

* এতদ্বিষয়ে বৈদ্যক চক্রদত্ত সংগ্রহ, কুমার তন্ত্র, ও মহাভারত বনপর্ব্ব ১৩০ অ ২৬— শ্লোক হইতে দ্রষ্টব্য।

ইহার প্রত্যুত্তরে ঋষি লোক বলেন—

"যা শ্রীঃ স্বয়ং সুকৃতিনাং ভবনেষ্বলক্ষ্মীঃ পাপাত্মনাং"

(মার্কণ্ডেয় পুরাণ, চণ্ডী)

অর্থ—যে ভগবতী ধার্ম্মিকের ভবনে লক্ষ্মীরূপে বিরাজমানা, তিনিই আবার পাপাত্মা অধার্ম্মিকগণের ভবনে অলক্ষ্মী নামে অভিহিতা হয়েন।

ভগবতী জগদম্বা ধার্ম্মিকদিগের গৃহে ধনের অধিষ্ঠাত্রী দেবী লক্ষ্মী নাম ধরিয়া গৃহস্থের সুখ সমৃদ্ধি বৃদ্ধি করেন, আবার সেই ভগবতীই অলক্ষ্মী রূপিণী হইয়া, অধার্ম্মিক দুরাচার পাপিষ্ঠদিগের ধন ঐশ্বর্য্য ও অট্টালিকা ভবন ইত্যাদি বিধান করেন।

কিন্তু অট্টালিকা বা যথেষ্ঠ ধনাগম হইলেই অধার্ম্মিকদিগকে সুখী মনে করে ঠিক নহে।—ধনাগম হইলেই বা যথেচ্ছ ব্যয় করিতে সক্ষম হইলেই মানুষে সুখী হয় ইহা মনেকরা দৃষ্টভ্রম।

ঋষিগণ ধনকে সাত্ত্বিক রাজসিক ও তামসিক ভেদে তিন প্রকারে বিভাগ করিয়াছেন। যথা—গরুড় পুরাণ, ২০৫।৮৭।

"ধনং তত্রিবিধং জ্ঞেয়ং শুক্লং শবলমেব চ।
কৃষ্ণঞ্চ তস্য বিজ্ঞেয়ো বিভাগঃ সপ্তধা পৃথক্ ॥ ১ ॥
শ্রুত-শৌর্য্য-তপঃ-কন্যা-শিষ্য-যাজ্যান্বয়াগতং।
ধনং সপ্তবিধং শুদ্ধং মুনিভিঃ সমুদাহৃতং ॥ ২ ॥
কুষীদ-কৃষি-বাণিজ্য-শুল্ক-গাণাম্নুবৃত্তিভিঃ।
কৃতোপকারাদাপ্তঞ্চ রাজসং সমুদাহৃতং ॥ ৩ ॥
পার্শ্বিক-দ্যূত-চৌর্য্যার্ত্তি-প্রতিরূপকসাহসৈঃ।
ব্যাজেনোপার্জ্জিতং যত্তু তৎ কৃষ্ণং সমুদাহৃতং" ॥ ৪ ॥

(শুদ্ধিতত্ত্বে, দেবল ও নারদ)

অর্থ—শুক্ল-সাত্ত্বিক, শবল-মিশ্র-রাজসিক, এবং কৃষ্ণ-তামসিক ভেদে ধন তিন প্রকার। এই সাত্ত্বিক রাজসিক ও তামসিক ধন আবার প্রত্যেকে সাত সাত প্রকারের ॥ ১ ॥ যথা—

অধ্যয়ন, যুদ্ধাদি জয়, তপস্যা দ্বারা, শ্বশুর, শিষ্য, যজমান হইতে, এবং উত্তরাধিকারী সূত্রে লব্ধ, এই সাত প্রকারের ধনকে মুনিগণ "শুদ্ধ" অর্থাৎ সাত্ত্বিক ধন বলিয়াছেন ॥ ২ ॥

সুদ, কৃষি, বাণিজ্য, কর, সঙ্গীত, চাকুরি দ্বারা ও উপকার করিয়া লব্ধ এই সাত প্রকারের ধনকে রাজসিক কহে ॥ ৩ ॥

আর খোষামোদ, জুয়াখেলা, চুরি বা ডাকাইতি. পরপীড়ন, কৃত্রিম রত্নাদি প্রস্তুত, সমুদ্র বা পর্ব্বতাদি গমন, এবং ছল দ্বারা যে সাত প্রকারের ধন অর্জ্জন করা হয়, তাহাকে কৃষ্ণ বা তামসিক ধন বলা হয় ॥ ৪ ॥

দেবী ভাগবতে (১।৫।৭৮) উক্ত আছে—

"ততঃ কোপযুতা জাতা মহালক্ষ্মীস্তমোগুণা।
তামসী তু তদা শক্তি স্তস্যা দেহে সমাবিশৎ ॥"

অর্থ—তৎপরে ভগবতী মহালক্ষ্মী কোপযুক্তা হইলে তাহার শরীরে তামসী শক্তি আবির্ভূত হইয়া তিনি অলক্ষ্মীরূপিণী হইয়া ছিলেন।

অতএব বুঝিতে হইবে যে, ধনের প্রকার ভেদে তাহার অধিষ্ঠাত্রী দেবী লক্ষ্মীও সাত্ত্বিকী রাজসিকী ও তামসিকী ভেদে তিন প্রকারের। তন্মধ্যে তামসিকী লক্ষ্মীই অলক্ষ্মী, ইনিই তামসিক ধনীদিগের বিষয় বিশেষে নিয়তই মানসিক শারীরিক দুঃখ, ইহলোকে নিন্দা ও পরলোকে নরক বিধান করেন, এজন্য স্থূল দৃষ্টিতে অধার্ম্মিকদিগের অট্টালিকাদি দর্শনে তাহাদিগের সুখ সমৃদ্ধি, প্রমত্তদিগের মদিরার মত, নিদ্রিত দরিদ্রের স্বপ্নলব্ধ রাজত্বের মত, ক্ষিপ্তের ভূমিস্খলনের মত বাস্তবিক প্রকৃত সুখ সমৃদ্ধি নহে।.

মনু বলেন—(৪।১৭২—১৭৪)

"নাধর্ম্মশ্চরিতোলোকে সদ্যঃ ফলতি গৌরিব।
শনৈরাবর্ত্তমানস্ত কর্ত্তুর্মূলানি কৃন্ততি ॥

যদি নাত্মনি পুত্রেষু নচেৎ পুত্রেষু নপ্তৃষু।
ন ত্বেবতু কৃতোঽধর্ম্মঃ কর্ত্তুর্ভবতি নিষ্ফলঃ॥
অধর্ম্মেনৈধতে তাবৎ ততো ভদ্রাণি পশ্যতি।
ততঃ সপত্নান্ জয়তি সমূলস্তু বিনশ্যতি॥

অর্থ—ভূমিতে বীজ বপন করিবা মাত্র যেমন তৎক্ষণাৎ ফল প্রসব করে না, তদ্রূপ অধর্ম্মাচরণ করিবা মাত্র তাহার মন্দ ফল ফলে না, কিন্তু পুনঃ পুনঃ অধর্ম্মাচরণ করিতে করিতে কালক্রমে অধর্ম্ম কর্ত্তা সমূলে বিনাশ প্রাপ্ত হইবে॥ ১৭২॥

অধর্ম্মাচরণের মন্দ ফল যদিও অধর্ম্মকারীতে না ফলে, তবে তাহার পুত্রে ফলিবে, যদি নিতান্ত পুত্রেও না ফলে, তবে পৌত্রে ফলিবে, তথাপি অধর্ম্ম কখনও নিষ্ফল হইবে না॥ ১৭৩॥

প্রথমে অধর্ম্মাচরণে লোক বর্দ্ধিষ্ঠ হয়, নানা রূপে অভীষ্ট লাভ করিয়া থাকে, শত্রুদিগকেও জয় করিতে সমর্থ হয়, কিন্তু পরিশেষে অধর্ম্মকর্ত্তা সমূলে উন্মূলিত হইবেই হইবে॥ ১৭৪॥

বেদব্যাস বলেন—

নাত্র দুঃখংত্বয়া রাজন্ কার্য্যং পার্থ কথঞ্চন।
যদধর্ম্মেণ বর্দ্ধেয়ুরধর্ম্মরুচয়োজনাঃ॥ (মহা, বন, ৯৪৩)

অর্থ—হে মহারাজ। আপনি এজন্য কোনওরূপ দুঃখ করিবেন না, যে হেতু অধর্ম্মশীল লোকেরা অধর্ম্মের বলেই বৃদ্ধিপ্রাপ্তহয়।

তৃতীয়োপদেশ।

সংসর্গ ও সংসর্গশক্তি।

সংসর্গ।

হিন্দুশাস্ত্রে কথিত দয়া সত্য বাক্য ও অহিংসাদি সামান্য ধর্ম্ম, খাদ্যাখাদ্য ও বিবাহাদি বিশেষ ধর্ম্ম, মৎস্য মাংসাহার, ও মাতুলভগিনী বিবাহাদি দেশধর্ম্ম, জাতিধর্ম্ম, কুলধর্ম্ম, যোষিদ্ধর্ম্ম, আচার, ব্যবহার এবং আহার প্রভৃতির মূলে সংক্রামক দোষ, এবং এই সংক্রামক দোষের মূলে "সংসর্গ" নিহিত আছে। সাক্ষাৎ সম্বন্ধে হউক আর পরম্পরায়ই হউক, স্থূলভাবেই হউক, আর সূক্ষ্ম ভাবেই হউক, সংসর্গটা সকলেরই ভিতরে ওতপ্রোত ভাবে অনুবিদ্ধ আছে, এই সংসর্গের অনুরোধেই হিন্দুশাস্ত্রে এত কড়াকড়ি নিয়ম। সৎসংসর্গে স্বর্গে যায়, অসৎ সংসর্গে নরকে যায়, চণ্ডালের ছায়াস্পর্শ করিতে নাই, অশুচি ব্যক্তিকে স্পর্শ করিতে নাই, রজস্বলা স্ত্রীলোকের সহিত বাক্যালাপ করিতে নাই, অপরের বস্ত্রাদি ব্যবহার করিতে নাই, আহারের সময়ে পিতা মাতা ও স্ত্রী ব্যতীত অপরে স্পর্শ করিলে * আর আহার করিতে নাই, আহারের সময়ে বস্ত্রে উচ্ছিষ্টান্ন লাগিলে ঐ বস্ত্র প্রক্ষালন করিতে হয়, ইত্যাদি যতকিছু খুটিনাটী, তাহার একমাত্র কারণ "সংসর্গ"। যে সংসর্গের জন্যই এত বাদ বিচার, সে সংসর্গটা কি? সংসর্গটা কি, তাহা বুঝিতে পারিলেই ভবিষ্যতে বক্তব্য, দীর্ঘায়ু, আরোগ্য, অল্পায়ু ও অস্বাস্থ্যের বিষয় অনায়াসে হৃদয়ঙ্গম হইবে। এ জন্য সংসর্গ ও সংসর্গশক্তি সম্বন্ধে কিঞ্চিৎ বলা যাইতেছে।

"সংসর্গ" অর্থ—সম্বন্ধ—সংস্রব। এই সংসর্গ দুই প্রকার—শারীরিক ও মানসিক। তাহাও আবার স্থান বিশেষে, বিষয়বিশেষে শত সহস্র

---

* কোন কোন ঋষির মতে আহার কালে স্ত্রীস্পর্শও নিষিদ্ধ।

প্রকার হয় যথা—সাক্ষাৎ পরম্পরা দূরত্ব নিকটত্ব, প্রতিকূলত্ব ও অনুকূলত্ব, জন্য-জনকত্ব, আশ্রয়াশ্রয়িত্ব, কার্য্য-কারণত্ব, এবং সংযোগ, ইত্যাদি। যেমন অগ্নি সাক্ষাৎ সম্বন্ধে সংযুক্ত হইয়া কাষ্ঠ ভস্ম করে, সূর্য্যরশ্মি সংযোগে পদ্ম বিকশিত হয়। শাস্ত্রকারগণ পাপী ও পাপের সংসর্গ মনে মনে করিতেও নিষেধ করিয়াছেন। চণ্ডালের ছায়াও স্পর্শ করিবে না, পাষণ্ডের সহিত আলাপও করিবে না, ধর্ম্মধ্বজী বৈড়াল ব্রতীকে পানীয় জলমাত্রও দিবে না, দিলে পাপী হইবে। মনুবলেনঃ—

"ন বার্য্যপি প্রযচ্ছেত্তু বৈড়ালব্রতিকে দ্বিজে।
ন বকব্রতিকে বিপ্রে নাবেদবিদি ধর্ম্মবিৎ" ॥ (৪।১৯২।১৯৬)

যে দ্বিজ বিড়াল তপস্বী অর্থাৎ যাহার ভিতরে লোভ বাহিরে ধর্ম্মিকের সাজ, ছদ্মবেশ, পরবঞ্চক পরহিংসক পরগুণাসহিষ্ণু ও দাম্ভিক ইহাকে, এবং বকধার্ম্মিক অর্থাৎ যে বিনয় প্রকটনার্থ নীচেরদিগেই তাকায়, চোক চাহেনা, কিন্তু ভিতরে স্বার্থতৎপর শঠ এরূপ মিথ্যাবিনীত, এবং যে দ্বিজ বেদানভিজ্ঞ বা শাস্ত্রানভিজ্ঞ ইহাদিগকে পানার্থ জলও দিবেন, অন্যান্য দানের কথা আর কি বলিব?

কি ভয়ঙ্কর কথা? পিপাসার্ত্ত বৈড়াল ব্রতীকে জল প্রদান করিলেও পাপ হইবে। ইহা কি নৃশংসের দুর্ব্বাক্য নহে? আপাততঃ তাহাই বোধ হয় বটে। কিন্তু মনুর এই উপদেশের ভিতরে যে নিগূঢ় তত্ত্বটি নিহিত আছে, তাহা নিম্নের উপাখ্যান দ্বারা প্রকটিত হইতেছেঃ—

এক সময়ে কোনও একটী পথিক প্রবল বাত্যায় ও ঝটিকায় উৎপীড়িত হইয়া লোকালয়ের অনুসন্ধান করিতেছিল, অনতিদূরে এক গৃহস্থের গৃহদর্শন করিয়া প্রাণ রক্ষার্থ তথায় উপস্থিত হইল। দেখিল বাহিরের ঘরে কেহই নাই। ঘরের বস্তু সামগ্রী দেখিয়া বুঝিল উহা চর্ম্মকারের গৃহ, অগত্যা তাহাতেই প্রবেশ করিল। সেই গৃহ কোণের পিঞ্জরে একটি শুক পক্ষী ছিল। পক্ষীটি পথিককে দেখিবা মাত্র আরক্ত নয়নে বলিতে

লাগিল "তুই কেরে শ্যালা? বেটা বের্ হ, শ্যালা তুই চোর, বের্ হ বের্ হ, এইরূপ কটুবাক্য শ্রবণ করিয়া, পথিক তথা হইতে প্রস্থান করিল।

অনতিদূরে অপর আর একটি পর্ণকুটীর দেখিতে পাইয়া যেই তাহার প্রাঙ্গনে উপস্থিত হইল, তখনই পথিক শুনিতে পাইল "আহা মহাশয়! আসুন্ আসুন্ আপনার বড়ই ক্লেশ হইতেছে, এই কম্বলাসনে উপবেশন করুন, আহা আপনি কতই কষ্ট পাইয়াছেন।"

পথিক সেই বিনীত বচন শ্রবণ করিয়া গৃহে প্রবেশ করিল, এবং দেখিল একটি শুকপক্ষী পথিককে এইরূপ মৃদু সম্ভাষণ করিতেছে।

পথিক তদ্দর্শনে বিস্মিত ও আনন্দিত হইয়া জিজ্ঞাসা করিল "হে পক্ষিন্! আমি অত্যন্ত বিস্মিত হইলাম, দেখিতেছি তোমাদের দুইটি পক্ষীর একই আকৃতি। কিন্তু সেই চর্ম্মকারের গৃহস্থিত পক্ষীই বা আমাকে কেন তিরস্কার করিল? আর তুমিই বা কেন মৃদু সম্ভাষণে আমাকে অমৃতাভিষিক্ত করিতেছ? ইহার কারণ কি?"

তখন শুকপক্ষী পথিকের কৌতূহল নিবৃত্তির জন্য দক্ষিণ চরণ উন্নত করিয়া সংস্কৃত বাক্যে কহিলঃ—

"মাতাপ্যেকা পিতাপ্যেকো মম তস্য চ পক্ষিণঃ।
অহং মুনিভিরানীতঃ স চ নীতো গবাশনৈঃ॥
অহং মুনীনাং বচনং শৃণোমি,
গবাশনানাং স শৃণোতি বাক্যং।
ন তস্য দোষো ন চ মে গুণো বা,
সংসর্গজা দোষগুণা ভবন্তি॥"

অর্থ—(হে পথিক!) আমার ও সেই চর্ম্মকার গৃহস্থিত পক্ষীর মাতা ও পিতা একই, কিন্তু দৈববশে আমাকে মুনিরা পালন করিয়াছেন, এবং তাহাকে চর্ম্মকারেরা পালন করিয়াছে। এখানে আমি সর্ব্বদা মুনিগণের সদালাপ শ্রবণ করিয়া থাকি। সে কিন্তু চর্ম্মকারের স্বভাব সিদ্ধ

নীচজনোচিত অশ্লীল কথাই শুনিয়া থাকে। ইহাতে আপনি আমার গুণ মনে করিবেন না, এবং সেই পক্ষীরও দোষ মনে করিবেন না। যে হেতু দোষ ও গুণ যাহার যেমন সংসর্গ তদনুরূপই হইয়া থাকে।

কবি এই আখ্যায়িকা দ্বারা এই তাৎপর্য্য প্রতিপন্ন করিলেন, যে সংসর্গের এমনই শক্তি, মনুষ্যের ত কথাই নাই সংসর্গজনিত দোষ এবং গুণ পশু পক্ষীতে পর্য্যন্ত সংক্রামিত হইয়া থাকে। সুতরাং মনুষ্যও যে জাতীয় বিদ্যা ও যে জাতীয় সংসর্গ ও যে জাতীয় ভাষা শিক্ষা করে, সে জাতীয় আচার ব্যবহার রীতি নীতি ভাব তাহার অন্তরে আবির্ভূত হইবে, ইহা প্রকৃতির নিয়ম।

সংসর্গশক্তি।

অতএব পূর্ব্বে যাহা উক্ত হইয়াছে. বৈড়াল ব্রতীকে জল দান করিবে না, ইহার তাৎপর্য্য এই যে—যাঁহারা বিড়ালতপস্বী, অর্থাৎ যাহাদের মনে এক মুখে আর, সেরূপ নৃশংস স্বার্থপর পাপাত্মাগণের কোনও রূপ সংসর্গ করিবে না। জলদান করিতে গেলেই বৈড়াল-ব্রতীর নিকটে যাইতে হইবে, সুতরাং তাহাদের নৈকট্য সম্বন্ধও অতি নিষিদ্ধ। কি জানি যদি তাহাদের নিকট গমন করিলে, সেই পাপাত্মার পাপবৃত্তি সংক্রামিত হইয়া জলদাতার, শরীরেও প্রবিষ্ট হয়, এই আশঙ্কায়ই বৈড়ালব্রতীকে জল দানও নিষেধ করা হইয়াছে। অথবা জল দান তুল্য পুণ্য কর্ম্মের নিষেধ দ্বারা বুঝাইয়াছেন, যে দুষ্টাত্মার কোনও রূপ সাহায্য করা কর্ত্তব্য নহে, দুষ্ট লোকের জীবনের সাহায্য করিলে কেবল তাহার পাপবৃত্তির পোষণই করা হইবে, এবং তাহা জগতের অনিষ্ট সাধনেরই কারণ হইবে। এই কারণেই মনু মানবগণকে দুষ্টসংসর্গ হইতে আত্মরক্ষার জন্য সাবধান করিয়া গিয়াছেন, নতুবা কিঞ্চিৎ জলদান করিলেই যে সর্ব্বনাশ হইবে, পূর্ব্ব উদ্ধৃত বচনের এরূপ তাৎপর্য্য নহে।

অনেক শাস্ত্রে ও অনেক দেশে সাধু সংসর্গের প্রশংসা আছে, এবং সৎসংসর্গ করিবার বিধিও যথেষ্ট আছে, অনেকে তাহা করিয়াও

থাকেন। যখনই আপনি কোনও সাধু সন্ন্যাসীর নিকটে উপস্থিত হইবেন, তখন আপনার মনে অতর্কিত ভাবে বিনয়, আর্জব, সত্যবাদিতা ও দয়া প্রভৃতি সদ্গুণ অবশ্যই উপস্থিত হইবে, এবং সেই হৃদয় স্থিত বিনয়াদির চিহ্ন কৃতাঞ্জলি প্রভৃতিও আপনা আপনি জন্মিবে, ইহা প্রত্যক্ষ সিদ্ধ। কিন্তু তথা হইতে আপনি যেই স্বগৃহাভিমুখে প্রস্থান করিতে লাগিলেন অমনি আপনি সেই বিনয়, দয়া ও শিষ্টতা প্রভৃতি সদ্গুণ সকল হারাইতে লাগিলেন। সাধুর সাক্ষাতে যে বিনয়াদির তরঙ্গ উঠিয়াছিল, পথে আসিতে আসিতে সেই তরঙ্গ ক্রমে ক্রমে ছোট হইতে লাগিল, অবশেষে এককালে মিলিয়া গেল।

কেন এমন হয়? সংসর্গশক্তি কিরূপে ক্রিয়া করে? এই প্রবন্ধে তাহা ভাঙ্গিয়া বুঝাইবার চেষ্টা করা হইয়াছে।

জগতে যাহা কিছু দেখা যায়, তৎ সমুদয়ই সত্ত্ব, রজঃ ও তমোগুণের মিশ্রণে উৎপন্ন। সত্ত্বগুণের ধর্ম্ম—সুখ, জ্ঞান, বৈরাগ্য ও প্রকাশাদি সদ্গুণ। রজোগুণের ধর্ম্ম—দুঃখ, লোভ এবং কার্য্যোদ্যম প্রভৃতি। তমোগুণের ধর্ম্ম—অজ্ঞান, আলস্য, নিদ্রা ও জড়তা প্রভৃতি। আবার সুখ, দুঃখ এবং অজ্ঞান—প্রভৃতিও সাত্ত্বিক, রাজসিক ও তামসিকরূপে তিন তিন প্রকারে বিভক্ত করা যাইতে পারে। কিন্তু ঐ সকল বিষয় এস্থলে অপ্রাসঙ্গিক। এই সত্ত্ব, রজঃ ও তমোগুণের ইহাই স্বভাব, যে একে অপরকে দমন করিয়া নিজে বড় হয়।

সাংখ্যকারিকায় আছেঃ—

"পরস্পরাভিভবাশ্রয়জনন-মিথুন-বৃত্তয়শ্চ গুণাঃ"। ১২।

অর্থ—সত্ত্ব রজ ও তমোগুণের ইহাই স্বভাব, যে তাহারা পরস্পর একে অন্যকে অভিভব—পরাভব করে অথচ একে অপরের আশ্রয় গ্রহণ করে, এবং পরস্পর পরস্পরের সহচর, অর্থাৎ এককে ছাড়িয়া অন্যে পৃথক্ থাকে না।

যখন যাহার সত্ত্বগুণ প্রবৃদ্ধ হইয়া রজঃ ও তমকে অভিভূত করে, তখন সে ব্যক্তি সুখী, শান্ত জ্ঞানী ও সাধুরূপে পরিণত হয়। এবং যখন যাঁহার রজোগুণে সত্ত্বগুণকে অভিভুত করে, তখন সে ভয়ঙ্কর প্রচণ্ড মূর্ত্তি ধারণ করে, তখন তাঁহার শরীরে দয়া, বিনয় ও হিতাহিত বোধ কিছুই থাকে না, মস্তিষ্ক উষ্ণ শরীর ঘর্ম্মাক্ত নেত্র রক্তবর্ণ হয়, গুরুজনের অপমান করিতে বাধা ঠেকে না, হত্যা করাও অসম্ভব হয় না। আর যখন তমোগুণ উচ্ছলিত হইয়া সত্ত্ব ও রজোগুণকে দমন করিয়া ফেলে, তখন সে ব্যক্তি অজ্ঞান, অলস বা নিদ্রাভিভূত হইয়া পড়ে। এমন কি জড় প্রস্তরখণ্ডের মত হইয়া পড়ে। তখন তাহার এক অঙ্গ কাটিয়া ফেলিলেও সে টের পায় না।

কেনই বা এক গুণ বলবান হয়? কেনই বা অপর গুণ কমিয়া যায়? তাহার কারণ, নানাবিধ বস্তুর সংসর্গ। যেমন কোনও পথিক প্রখর রৌদ্রে উত্তপ্ত হইয়া দুঃখ অনুভব করিতে ছিল, এমন সময়ে সে শীতল জলে অবগাহন করিল, শর্করা মিশ্রিত সুশীতল জল পান করিল, তরু তলে শীতল সমীরণ সেবন করিল, তখনই সেই জল পান ও সমীরণ স্পর্শাদি সংসর্গে শরীরের সত্ত্ব ভাব উদ্রিক্ত হইল, এবং রজঃ ও তমঃ অপনীত হইল, সুতরাং পথিকও নিজেকে সুখী বোধ করিল।

এইরূপ মনে কর, কোনও একটি প্রকৃতিস্থ লোক মদ খাইল, আবার খাইল, কিছুক্ষণ পরে নেশা হইল, জলে স্থল স্থলে জল দেখিতে পাইল, ভাইকে শ্যালা, শ্যালাকে বাবা বলিল, হাসিল, কাঁদিল, বমি করিল, তাহাই আবার খাইল, তাকিয়া ছিঁড়িল, তুলা উড়াইল, আরও কত কিছু করিল। তখন সুরাদেবীর পানরূপ সংসর্গে তাহার সত্ত্বগুণ অপহৃত হইয়াছিল, এবং রজঃ ও তমোগুণ প্রবৃদ্ধ হইয়াছিল বলিয়াই প্রকৃতি হারাইয়া নানা রূপে অসুখী বা বিক্ষিপ্ত হইতেছিল।

আবার সেইরূপ কোনও দুষ্ট ব্রণযুক্ত রোগীকে ক্লোরোফর্ম্ম দ্বারা অজ্ঞান করিয়া যদি তাহার ব্রণ কাটিয়া, ছিঁড়িয়া বা পোড়াইয়া দেওয়া যায়, তখন সেই রোগীর ক্লোরোফর্ম্ম আঘ্রাণ সংসর্গে সত্ত্ব ও রজোগুণ প্রায় বিলুপ্ত হওয়ায় জ্ঞান মাত্রও থাকে না বলিয়া সে দুঃখানুভব করিতে পারে না। কারণ, তখন সে ঘোরতর তমসাচ্ছন্ন হইয়া পড়ে।

রৌদ্র প্রতপ্ত, মদ্যপায়ী ও ব্রণ রোগীর অবস্থা যেমন স্পষ্টরূপে দেখা যায়, সৎ সংসর্গ বা অসৎ সংসর্গের কার্য্য তেমন দেখা যায় না, কিন্তু তাহা ক্রমে ক্রমে শনৈঃ শনৈঃ পরিস্ফুট হইয়া কালে প্রত্যক্ষ পথে উপস্থিত হয়।

যাহারা রজোগুণ প্রধান যাহারা প্রকৃতিদুর্জ্জন, লম্পট হিংস্রক, তাহাদিগের মধ্যে যদি একজন সাধু চুপ করিয়া বসিয়াও থাকে, তবুও সেই সকল অসতের শরীর হইতে দৌর্জ্জন্য, লাম্পট্য ও হিংসাবৃত্তি প্রভৃতি দোষরাশি, উষ্মার সহিত ক্রমশঃ প্রসৃত হইয়া সেই সাধুর শরীরে একটু একটু করিয়া প্রবিষ্ট হইতে থাকে, তখন কিছু দিন পরে, তাহার সাধুবৃত্তি সকল ক্রমে ক্রমে দূরীভূত হইয়া যাইবে, এবং চিত্তে কুভাব কুচিন্তা উদিত হইবে, কেন না অসতের সহিত এক স্থানে উপবেশন রূপ সংসর্গের স্রোতে অসদ্‌বৃত্তি সকল সাধুর শরীরে সংক্রামিত হইয়া যায়। কিছুদিন এরূপ সংসর্গ গাঢ়তর হইলে, তখন সাধু আর সাধু থাকিবে না, অসাধু হইয়া পড়িবে। এই জন্যই অসতের সংসর্গ নিষিদ্ধ। বৃহস্পতি ঋষি বলিয়াছেন—প্রায়শ্চিত্ত বিবেকে পতিত সংসর্গ প্রকরণেঃ—

> "এক শয্যাসনং পংক্তির্ভাণ্ডপক্কান্ন মিশ্রণং।
> যাজনাধ্যাপনং যোনিস্তথা চ সহভোজনং ॥
> নবধা সঙ্করঃ প্রোক্তো ন কর্ত্তব্যোঽধমৈঃ সহ।
> সমীপে চাপ্যবস্থানাৎ পাপং সংক্রমতে নৃণাং ॥" (কূর্ম্ম,১৫)

অর্থ—এক আসনে উপবেশন, এক পংক্তিতে ভোজন, একপাত্র মিশ্রন ও পক্কান্ন মিশ্রণ, এই পাঁচটি লঘু সংসর্গ, এবং যাজন, অধ্যাপন, পতিত স্ত্রী

অথবা পতিতপুরুষসম্ভোগ, পতিতকন্যাবিবাহ বা পতিত বরের সহিত কন্যার বিবাহ, নিজের বা পরের অন্ন এক পাত্রে একত্র ভোজন, এবং যাজনাদি, এই চারি প্রকার গুরুতর সংসর্গ। উক্ত নববিধ সংসর্গ পতিতের সহিত করিবে না। কারণ, পাপীর সমীপে থাকিলেও পাপ সংক্রামিত হয়।

মহর্ষি পরাশর বলেন :—

"আসনাচ্ছয়নাদ্ যানাৎ ভাষণাৎ সহভোজনাৎ।
সংক্রামন্তি হি পাপানি তৈলবিন্দুরিবাম্ভসি ॥"

অর্থ—যেমন তৈল বিন্দু জলে পড়িলেই ছড়াইয়া পড়ে, সেইরূপ একের শরীর হইতে পাপবৃত্তি সকল, একসঙ্গে উপবেশন, পান, গমন, এবং পরস্পর আলাপ ও একত্র ভোজন রূপ সংসর্গে ছড়াইয়া অপরের শরীরে সংক্রামিত হইয়া থাকে।

মহর্ষি দেবল বলেন :—

"সংলাপস্পর্শনিঃশ্বাস-সহশয্যাসনাশনাৎ।
যাজনাধ্যাপনাদ্ যৌনাৎ পাপং সংক্রমতে নৃণাং ॥"

অর্থ—পরস্পর আলাপ, স্পর্শ, নিশ্বাস, একত্র শয়ন, একত্র উপবেশন, একত্র আহার, যাজন, অধ্যাপন, ও যোনি সম্বন্ধে, এক শরীর হইতে অপর শরীরে পাপ সংক্রান্তি হয়।

এ জন্যই প্রাচীনেরা অন্ত্যজাদি স্পর্শ করিতেন না, এবং অপরের নিঃশ্বাস বা হাঁচি গায় ঠেকিলে দোষ মনে করিতেন। ওলাউঠা প্রভৃতি কতকগুলি রোগীর নিঃশ্বাসের সহিত পাকাশয় হইতে রোগের সূক্ষ্ম বীজ সমস্ত বাহির হইয়া অপরের শরীরের উষ্মা বা প্রশ্বাসের সহিত প্রবিষ্ট হইয়া রোগ জন্মায় বলিয়া ঐগুলি সংক্রামক নামে প্রসিদ্ধ।

মহর্ষি সুশ্রুত বলিয়াছেন—কুষ্ঠ, সন্নিপাতজ্বর, শোষ, নেত্রাভিস্যন্দ

এবং ঔপসর্গিক অর্থাৎ উৎপাতাদি জনক মড়ক—যেমন বসন্ত, ওলাউঠা ও বিউবোনিক প্রভৃতি রোগ সংক্রামক। যথা নিদান স্থানে ৫ম অধ্যায়ে,—

"প্রসঙ্গাদ্‌গাত্রসংস্পর্শান্নিঃশ্বাসাৎ সহভোজনাৎ।
সহ শয্যাসনাচ্চাপি বস্ত্রমাল্যানুলেপনাৎ ॥
কুষ্ঠং জ্বরশ্চ শোষশ্চ নেত্রাভিস্যন্দ এব চ।
ঔপসর্গিকরোগাশ্চ সংক্রামন্তি নরান্নরং" ॥

কিন্তু রোগাদি স্থূল বিষয়গুলি অনুভব করা যায়। আর সংক্রামক কুবৃত্তি কুভাব সকল স্ফুটবেদ্য নহে; তথাপি প্রণিধান করিয়া বিবেচনা করিলে নিশ্চয়ই অনেকটা বুঝা যায়।

মহর্ষি ছাগলেয় বলেন:—

আলাপাদ্ গাত্রসংস্পর্শান্নিঃশ্বাসাৎ সহভোজনাৎ।
সহশয্যাসনাধ্যায়াৎ পাপং সংক্রমতে নৃণাং ॥"

অর্থ—আলাপ, দেহস্পর্শ, নিশ্বাস, একত্র ভোজন, একত্র শয়ন, ও অধ্যয়ন, এই সকল সংসর্গে পাপ বৃত্তি সকল এক ব্যক্তি হইতে অপর ব্যক্তিতে সংক্রান্ত হয়।

শরীর তত্ত্ববিৎ হারীত ঋষি বলেন—

"হন্ত্যাদশুদ্ধঃ শুদ্ধন্তু শুদ্ধোঽশুদ্ধন্তু শোধয়েৎ।
অশুদ্ধশ্চ তমোভূতঃ শুদ্ধবাসেন শুদ্ধ্যতি ॥"

অর্থ—পাপী পুণ্যাত্মাকে অভিভূত করিতে পারে, অর্থাৎ পাপীর পাপ বৃত্তিগুলি সংক্রান্ত হওয়ায় তিনি আর পুণ্যাত্মা পুরুষ থাকেন না, পাপী হইয়া উঠেন, যে হেতু "সংসর্গজা দোষগুণা ভবন্তি।"

কিন্তু যিনি অত্যন্ত পুণ্যাত্মা অর্থাৎ যাহার সত্ত্বগুণ এত উদ্রিক্ত যে শত শত পাপীর দেহ হইতে বিচ্ছুরিত পাপরাশিও তাহার সত্ত্বাগ্নিতে তৃণের ন্যায় ভস্মীভূত হইয়া যায়, সেই পুণ্যাত্মা শত শত পাপীকে শোধন করিতে পারেন অর্থাৎ তাঁহার শরীর হইতে সদ্‌বৃত্তি গুলি প্রসৃত হইয়া পাপীর

শরীরে প্রবিষ্ট হয়, তজ্জন্য পাপীর পাপবৃত্তিসমূহ তিরোভূত হইয়া যায় কিন্তু এক দিন কি দুইদিনে সংসর্গের শক্তি বিকাশ পায় না। দীর্ঘকালেই তাহা জাগিয়া উঠে।

অতএব বৌধায়ন প্রভৃতি ঋষিরা বলেন :—(মনু, ১১।১৮১)

"সংবৎসরেণ পততি পতিতেন সহাচরন্।"

অর্থ—পতিত ব্যক্তির সহিত একবৎসর কাল একত্র ভোজনাদি সংসর্গ করিলে শুদ্ধব্যক্তিও পতিত হয়। তন্মধ্যে লঘু গুরু সংসর্গের প্রভেদ অনুসারে নানা প্রকার তারতম্যের উপদেশ আছে। তন্ত্রশাস্ত্রে কথিত আছে :—

"রাজ্ঞি চামাত্যজো দোষঃ পত্নীপাপঞ্চ ভর্ত্তরি।
তথা শিষ্যার্জ্জিতং পাপং গুরুঃ প্রাপ্নোতি নিশ্চিতং॥"

অর্থ—মন্ত্রিকৃত পাপ রাজাতে, পত্নীকৃত পাপ স্বামীতে এবং শিষ্যকৃত পাপ গুরুতে সংক্রান্ত হয়।

অধিক কি? যদি ভোজন সময়ে এক পঙ্‌ক্তিতে এক জন পাপী উপবেশন করে, তবে তাহার মানসিক ও শারীরিক পাপবৃত্তিগুলি অপরের সম্মুখস্থ অন্নে সংক্রান্ত হয়। আবার সেই অন্ন যে ভোজন করে তাহাতেও ঐ পাপ বৃত্তি প্রবিষ্ট হয়। অতএব সমস্ত পঙ্‌ক্তিকে দূষিত করে বলিয়া সেই পাপী ব্রাহ্মণকে পঙ্‌ক্তিদূষক কহে। সেই পঙ্‌ক্তিদূষক ব্রাহ্মণকে মনুসংহিতার তৃতীয় অধ্যায়ে ১৫২—১৬৭ শ্লোকে ৯৩ প্রকারের বলিয়া নির্দ্দেশ করা হইয়াছে!

চিকিৎসা-ব্যবসায়ী, দেবল, মাংসবিক্রয়ী, ইত্যাদি ব্রাহ্মণ অতি নিকৃষ্ট, এমন কি উহারা এক পঙ্‌ক্তিতেও বসিবার উপযুক্ত নহে, শাস্ত্রকারেরা এইরূপ বলিয়াছেন।

কিন্তু গৃহস্থসমাজে ওরূপ ভাবে পঙ্‌ক্তি-ভোজন না করা অপরিহার্য্য, অতএব উক্ত প্রকারে পাপ সংক্রমণের ভয়েই ভোজনের সময় নিজের

নিজের চারিধারে, ছাই, খড় অথবা জল দ্বারা বেষ্টন করিয়া পঙ্‌ক্তি ভেদ করিয়া আহার করিবে। তাহাতে তত দোষ হইবে না।

এ সম্বন্ধে আহ্নিক আচার তত্ত্বে ব্যাস দেব বলেন,—

"অপ্যেকপংক্তৌ নাশ্নীয়াৎ সংবৃতঃ স্বজনৈরপি।
কো হি জানাতি কিং কস্য প্রচ্ছন্নং পাতকং মহৎ।
ভস্ম-স্তম্ব-জল-দ্বার-মার্গৈঃ পঙ্‌ক্তিঞ্চ ভেদয়েৎ"। ইতি।

অর্থ—নিজের বন্ধু বান্ধব পরিবৃত হইয়া ও এক পঙ্‌ক্তিতে বসিয়া আহার করা উচিত নয়। কেন না, কাহার শরীরে কি কি পাপ প্রচ্ছন্ন ভাবে রহিয়াছে, তাহা কে জানে? সেই সেই পাপবৃত্তি সংক্রমণের বাধার নিমিত্ত ভস্ম, খড়, অথবা জল দ্বারা বেষ্টন পূর্ব্বক পঙ্‌ক্তি ভেদ করিবে।

ইহার দ্বারা স্পষ্টই বুঝা যায়, সকলেরই শরীরের তেজঃপদার্থ, উষ্মা উত্তাপ বা তাড়িতরূপে অনবরত ইতস্তত বিচ্ছুরিত হইতে থাকে, সেই তেজ তেজেই সমধিক আকৃষ্ট হয়, তেজের অসম্পর্কিত কাঁচা ফল মূলাদিতে প্রবিষ্ট হয় না। সুতরাং অগ্নি, জল, লবণাদি সংযুক্ত অন্নাদিতে পাপীর কায়িক তেজ অপেক্ষাকৃত সহজে সংক্রান্ত হয়। কিন্তু মধ্যে যদি ছাই, খড়, বা জল বেষ্টিত থাকে, তবে সেই তেজ, ছাই, খড় বা জল অতিক্রম করিয়া অন্নে বা ভোক্তার শরীরে প্রবিষ্ট হইতে পারে না। ছাই, খড় ও জল যে তাড়িতের প্রতিরোধক তাহা আধুনিক বৈজ্ঞানিকেরাও স্বীকার করিয়া থাকেন।

লোকে চলিত কথায় বলিয়া থাকে "উহার গায়ের বাতাসে, অমুকের গায়ের ভাপে* লক্ষ্মী ছাড়িয়া যায়।" সংক্রামক রোগ ও পাপবৃত্তি যেমন একজনের শরীর হইতে অপরের শরীরে সংক্রান্ত হয়, আলাপ ও গাত্র-স্পর্শাদি সংসর্গে পুণ্যবৃত্তিও তেমনই এক হইতে অন্যে সংক্রান্ত হয়।

---

* ভাপ অর্থ তাপ।

সে জন্যই অন্ন অথবা ব্যঞ্জন কণিকা মাত্রও বস্ত্রাদিতে লাগিয়া উচ্ছিষ্ট হইলে, ধুইবার প্রথা প্রাচীনকাল হইতে চলিয়া আসিয়াছে, কেন না, 'এঁঠ' কাপড়ে রোগাদি দ্রুতবেগে সংক্রামিত হয়। আবার সেই সেই কারণে অর্থাৎ আলাপ, গাত্রস্পর্শ ও একত্র ভোজনাদি কারণে সতের শরীর হইতে অসতের শরীরে দয়া প্রভৃতি সদ্‌গুণও বিস্তারিত হয়, এই জন্যই সৎসংসর্গের এত মর্য্যাদা।

এসম্বন্ধে হারীত বলেনঃ—

"হন্যাদশুদ্ধঃ শুদ্ধস্তু শুদ্ধোঽশুদ্ধস্তু শোধয়েৎ।
অশুদ্ধস্তু তমোভূতঃ শুদ্ধবাসেন শুধ্যতি॥"

অর্থ—অশুচিব্যক্তি, শুচি ব্যক্তির শুচিভাব বিনষ্ট করিতে পারে, এবং শুচি ব্যক্তিও, অশুচিব্যক্তিকে আলাপাদি সংসর্গ দ্বারা পরিশুদ্ধ করিতে সমর্থ হন; কেন না, অশুদ্ধ ব্যক্তি তমঃ প্রকৃতি অন্ধকারস্বরূপ, আর শুদ্ধব্যক্তি সত্ব প্রকৃতি সূর্য্য স্বরূপ, সুতরাং সূর্য্যের আলোকে অন্ধকারের ন্যায় শুদ্ধব্যক্তি হইতে উচ্ছলিত সৎপ্রবৃত্তির মাহাত্ম্যে অশুদ্ধ ব্যক্তির মলিন পাপবৃত্তি বিদূরিত হইবে ইহা বিচিত্র নহে।

ফল কথা, যাহাদের তীব্র পরিমাণে সত্বশক্তি সঞ্চিত হইয়াছে, তাঁহারা পাপীর সহিত মাখা মাখি করিলেও তাঁহাদের সেই প্রদীপ্ত সত্বানল নির্ব্বাপিত হয় না, বরং সেই সত্বানলের সংসর্গে পাপীদিগের পাপবৃত্তি সকল পুড়িয়া যায়। অধিক কি, একটী মাত্র সেই প্রকার সাত্বিক পুরুষ আহারের সময় যদি এক পঙ্‌ক্তিতে উপবেশন করেন, তাহা হইলে সমস্ত পঙ্‌ক্তি শুদ্ধ হইয়া যায়। অর্থাৎ সেই সাত্বিক পুরুষের শারীরিক তেজঃ প্রবাহে, বলীয়সী সাধুবৃত্তি সকল প্রসৃত হইয়া প্রথমে অন্নে, তৎপরে ভোক্তৃবর্গের শরীরে বিচ্ছুরিত হইতে থাকে। কাযে কাযেই তৎসংসৃষ্ট অপরাপর লোকের মনও পবিত্র হইবে, তাহাতে বৈচিত্র্য কি? এই হেতুতেই সত্ববহুল

সাধুকে শাস্ত্রকারেরা "পঙ্‌ক্তি পাবন" বলিয়া নির্দ্দেশ করিয়াছেন।

যথা পদ্মপুরাণে স্বর্গখণ্ডে ৩৫ অধ্যায় ১—১৩ শ্লোকে।

"ইমে হি মনুজশ্রেষ্ঠ! বিজ্ঞেয়াঃ পংক্তিপাবনাঃ।
বিদ্যাবেদব্রতস্নাতা ব্রাহ্মণাঃ সর্ব্ব এব হি॥"

অর্থ—হে রাজন্! যে যে ব্রাহ্মণেরা বিদ্যা, বেদাধ্যয়ন, ব্রতাদি নিয়ম ও যথাবিধি স্নানক্রিয়াতে তৎপর, তাহারাই পঙ্‌ক্তিপাবন। এবং যাঁহারা সদাচার পূর্ব্বক মাতাপিতার বশবর্ত্তী, শ্রোত্রিয়, ঋতুকালে স্বদার-সেবী, সত্যবাদী ও ধর্ম্মশীল তাঁহাদিগকেই পঙ্‌ক্তি পাবন" বলা যায়। *

পূর্ব্বোক্ত মুনিবচন দ্বারা বেশ বুঝা যায় যে, সতের সংসর্গে অসৎও সৎ হয়। এবং অসতের সংসর্গে সৎও অসৎ হয়। এমন কি তাহাদের পরস্পরের শরীরের উপাদানই ক্রমশঃ বদলাইয়া যায়।

মানবের শারীরিক ও মানসিক বৃত্তি, নানা কারণেই পরিবর্ত্তিত হয়, তন্মধ্যে কালও একটি কারণ। যৌবনে যাহারা দুর্ব্বৃত্ত থাকে, তাহাদিগকে বার্দ্ধক্যে সাধু হইতে দেখা যায়, সেইরূপ সদাচার, তীর্থ দর্শন, দেবদ্বিজে ভক্তি, পিতৃমাতৃসেবা ইত্যাদি কারণেও সদ্‌বৃত্তি গুলি জাগিয়া উঠে, এবং অসদ্‌বৃত্তি কমিয়া যায়, আর শাস্ত্রোক্ত প্রায়শ্চিত্ত, উপবাস, কুশোদক, শঙ্খপুষ্পীর কাথ এবং গোমূত্রাদি পানেও পাপ বৃত্তির নিবৃত্তি হয়। কেননা ক্রিয়াশক্তি ও দ্রব্যশক্তির মহিমায় পাপীর অভ্যন্তরীণ রজস্তমের মাত্রা কমিয়া যায়, তখন সে জন্য পাপীর আর পাপ থাকে না।

"খ্যাপনেনানুতাপেন তপসাধ্যয়নেন চ।
পাপকৃন্মুচ্যতে পাপাৎ তথা দানেন চাপদি॥" মনু, ১১।২২৮।

অর্থ—পাপ করিয়া যদি কেহ বলিয়া বেড়ায় যে, আমি অমুক অমুক পাপ করিয়াছি, অর্থাৎ প্রচ্ছন্ন ভাবে পাপ সংস্কারগুলি আত্মাতে লুকাইয়া না

* সদাচারান্বিত প্রভৃতির শ্লোক, বিস্তৃতিভয়ে উল্লিখিত হইল না।

রাখে, তবে তাহার আত্মার কলুষতা উঠিয়া যায়। অনুতাপে অর্থাৎ হায় আমি কত কুকর্ম্মই করিয়াছি এরূপ শোকে, যদি নিরন্তর দহ্যমান হয়, তবে তাহার আর পাপ থাকে না। জপ, তপস্যা, বেদাদি সচ্ছাস্ত্র অধ্যয়ন ও প্রায়শ্চিত্তাদি দ্বারা পাপ হইতে মুক্তি লাভ করা যায়। প্রাণায়াম, দেবতাধ্যান, দান, হোম, গায়ত্রীজপ, জলে বাস, ইত্যাদি বহুবিধ কারণেই পাপীর পাপ নষ্ট হয়। ইহাও শাস্ত্রান্তরে ব্যক্ত আছে। সুতরাং সেই পাপী, পরে মেঘমুক্ত সূর্য্যের ন্যায় পুনঃ পাপমুক্ত ও প্রদীপ্ত হইয়া উঠে।

উক্ত সংসর্গাদি জনিত পাপ বা পুণ্য, পঞ্চবর্ষবয়স্ক বালকের শরীরে স্থান পায় না। যে হেতু তদবস্থায় তাহাদের আত্মা ও শরীর, সম্যগ্‌রূপে পরিস্ফুট না হওয়ায় অনেকাংশেই জড় থাকে। যেমন জল খড় ও ছাইকে তাড়িত অতিক্রম করিতে পারে না, সেরূপ শিশুশরীরেও সংসর্গাদি জনিত তাড়িতসহচরী পাপবৃত্তি বা পুণ্যবৃত্তি সংক্রান্ত হইতে পারে না।

অতএব পূর্ব্বে যে বলা হইয়াছে বৈড়ালব্রতীকে জলও দিবে না, তাহার অভিপ্রায় এই—বাস্তবিক জল দিলেই যে অমনি পাপ আসিয়া ধরিবে তাহা নহে; পরন্তু পাপীর সহিত জলপ্রদানরূপ কার্য্যের মত ক্ষুদ্র সংসর্গও করিলে সেই সামান্য সংসর্গ হইতেই ক্রমে বৃহৎ সংসর্গও হইতে পারে।

হারীত সংহিতায় লিখিত আছে যথা—

"অব্রতাশ্চানধীয়ানা যত্র ভৈক্ষ্যচরা দ্বিজাঃ।
তং দেশং দণ্ডয়েদ্রাজা চৌরভক্তপ্রদো হি সঃ॥"

অর্থ—যে দেশে ব্রাহ্মণেরা ব্রতাদি নিয়ম ও পড়াশুনা ছাড়িয়া কেবল ভিক্ষা করিয়াই বেড়ায়, তদ্দেশস্থ ভিক্ষাপ্রদ লোককে রাজা দণ্ড করিবেন, যে হেতু সে সকল লোকেরা চোরের ভাত যোগায়। সমস্ত বিষয় বিবেচনা করিয়া তবে ঋষিগণ স্বধর্ম্মত্যক্ত পাপী ব্রাহ্মণদিগের ভিক্ষাদানরূপ সংসর্গ পর্য্যন্ত নিষেধ করিয়াছেন।

চতুর্থোপদেশ বিবাহ।

বিবাহ।

যুবতী বিবাহ। বহুবিধ বিজ্ঞান ও অনেকানেক স্বর্গীয়ভাব আর্য্যদিগের বিবাহ সংস্কারের অন্তর্নিহিত রহিয়াছে, তাহা সম্যক্ হৃদয়ঙ্গম করিতে পারিলে মনস্বিমাত্রেরই হৃদয় আনন্দরসে আপ্লুত হয়।

হিন্দুশাস্ত্রে, ব্রাহ্মাদি বিবাহ সংস্কার জনিত দাম্পত্যরীতি কয়েক প্রকারেই উক্ত দেখা যায়। তন্মধ্যে—"পরপূর্ব্বা" স্ত্রী লইয়াও দাম্পত্য সম্বন্ধ হইত এ কথা আছে। এই পরপূর্ব্বা স্ত্রী সধবা ও বিধবাও হইতে পারিত। কিন্তু ইহা বিবাহপদবাচ্য নহে, ইহার নাম "সংগ্রহ" বা সাঙা। এখনও কোন কোনও দেশে হীনবর্ণের মধ্যে উহা প্রচলিত আছে।

"পতিং হিত্বাপকৃষ্টং স্বমুৎকৃষ্টং ভজতে তু যা।
নিন্দ্যৈব সা ভবেল্লোকে পরপূর্ব্বেতি কীর্ত্ত্যতে॥" মনু, ৫।১৬৩॥

অর্থ—নিজের পূর্ব্ববিবাহিত জাতিতে অপকৃষ্ট নির্গুণ বা কুরূপ পতিকে পরিত্যাগ করিয়া জাতিতে উৎকৃষ্ট গুণবান্ বা সুরূপ পতিকে যে আশ্রয় করে, সেই কামিনীকে "পরপূর্ব্বা" বলা যায়, এই পরপূর্ব্বা কামিনী অতীব নিন্দনীয়। পরপূর্ব্বা কামিনীর এবং পরপূর্ব্বার পুত্রের অশৌচ ও শ্রদ্ধাদির বিধান শাস্ত্রে দেখা যায়। *

---

* যাহারা বিধবা বিবাহ বা বিধবার পত্যন্তর বা উপপতিত্বের পক্ষপাতী, তাহাদের কৌতুহল নিবৃত্তির জন্য কএকটী মুনিবচন নিম্নে প্রদর্শিত হইল। যথা—

শুদ্ধিচিন্তামণি ধৃত যাজ্ঞবল্ক্য (প্রায়:—২৫)

"অনৌরসেষু পুত্রেষু ভার্য্যাস্বন্যগতাসু চ। নিবাসরাজনি প্রেতে তদহঃ শুদ্ধি কারণং॥" হারীত
"পরপূর্ব্বাসু ভার্য্যাসু পুত্রেষু কৃতকেষু চ। মাতামহে ত্রিরাত্রং স্যাদেকাহন্তু সপিণ্ডতঃ॥" বিষ্ণু
"অনৌরসেষু পুত্রেষু জাতেষু চ মৃতেষু বা। পরপূর্ব্বাসু ভার্য্যাসু প্রসূতাসু মৃতাসু চ॥" বৃহস্পতি

"পরদারেষু জায়তে দ্বৌ সুতৌ কুণ্ড-গোলকৌ।
পত্যৌ জীবতি কুণ্ডঃস্যাৎ মৃতে ভর্ত্তরি গোলকঃ॥" মনু ৩।১৭৪।

অর্থ—ভর্ত্তা জীবিত সত্ত্বে উপপতি দ্বারা উৎপন্ন পুত্র "কুণ্ড" এবং ভর্ত্তার মরণোত্তর উপপতি জাত পুত্র "গোলক" নামে অভিহিত।

উক্ত কুণ্ড গোলক পুত্রও অত্যন্ত গর্হণীয় হইবে না, অব্যবহার্য্যও হইবে না। পরন্তু কেবল একপতিকার পুত্র ও পরপূর্ব্বার পুত্রের প্রভেদ জানাইবার জন্য এবং শ্রাদ্ধে সাক্ষাৎ ব্রাহ্মণের স্থলে নিষেধার্থ "কুণ্ড" ও "গোলক" এই নাম পৃথক্‌রূপে নির্দ্দেশ করা হইয়াছে।

"শূদ্রশিষ্যো গুরুশ্চৈব বাগ্‌দুষ্টঃ কুণ্ড-গোলকৌ।" মনু ৩।১৫৬।

অর্থ—শূদ্রকে যে ব্রাহ্মণ ব্যাকরণাদি শাস্ত্র অধ্যাপন করে, যে ব্রাহ্মণ নিষ্ঠুর কর্কশভাষী এবং যে ব্রাহ্মণ কুণ্ড বা গোলক, ইহারা শ্রাদ্ধার্হ ব্রাহ্মণ নহেন, এবং ইঁহারা অপাঙ্‌ক্তেয়। এইরূপ পরপূর্ব্বা-পতি ব্রাহ্মণও শ্রাদ্ধের অযোগ্য ও অপাঙ্‌ক্তেয়়। কিন্তু কুণ্ড ও গোলক পুত্রকে গর্ভাবস্থায় হত্যা করার কোনও শাস্ত্র নাই, ইহা কেবল সমাজের দোষ ভিন্ন গুণ নহে। ঋষিরা নিষ্ঠুর চণ্ডাল প্রকৃতির ছিলেন না। যে সমস্ত কামিনী প্রকৃতির উত্তেজনায় উৎপথ গামিনী হয়, ব্রহ্মচর্য্যে অসমর্থা হয়, তাহাদের "পরপূর্ব্বা" হইয়া পত্যন্তর গ্রহণ করিয়া সন্তান উৎপত্তি করায় নিষেধ করেন নাই, বা নিরপরাধ গর্ভস্থ শিশুর প্রাণনাশ করার আদেশও করেন নাই।

মহাভারতে দেখা যায়,—উদ্যো, ১১৬—১১৯।

"অন্যাশ্রিতেষু দারেষু পরপত্নীসুতেষু চ।
মৃতে চাপ্লুত্য শুধ্যেত্তু ত্রিরাত্রেণ দ্বিজোত্তমঃ॥"
একা মাতা দ্বয়োর্যত্র পিতরৌ দ্বৌ চ কুত্রচিৎ।
তয়োঃ স্যাৎ সূতকাদৈক্যং মৃতকাদ্বা পরস্পরং॥" শঙ্খ। (১৫।১৩)
অনৌরসেষু পুত্রেষু পত্নীষন্যগতাসু চ।
পরপূর্ব্বাসু ভার্য্যাসু ত্রিরাত্রাচ্ছুদ্ধি রিষ্যতে॥" ইত্যাদি।

বিবাহ প্রথা উঠিয়া যাওয়ার এই এক কারণ হইতে পারে যে, মানব জাতির হৃদয় সর্ব্বাগ্রে রূপের দিকেই ধাবিত হয়, চক্ষু রূপেরই পক্ষপাতী। যেখানে আকৃতি সুশ্রী দেখে, সেখানেই অগ্রে মন অনুরক্ত হয়, মূর্ত্তি বিশ্রী দেখিলে একেবারেই মন বিরক্ত হইয়া উঠে, আর যেন গুণের পরীক্ষা করিতে প্রবৃত্তি হয় না; বিদ্যা বল, বুদ্ধি বল, আর কিছুই ভাল বলিয়া মনে লয় না। এরূপ অবস্থায় বরনির্ব্বাচনের ভার যদি কন্যার উপর দেওয়া যায়, তবে অশিক্ষিতা বা অল্পশিক্ষিতা অধীরপ্রকৃতি যুবতী হয়ত নির্গুণ, মুর্খ ও কাণ্ডজ্ঞানশূন্য রূপবান্ 'সোনার কুমড়া'তেও ভুলিয়া যাইতে পারে। আর সর্ব্বগুণাধার কথঞ্চিৎ কুরূপ 'নীলরতনেও' উপেক্ষা করিতে পারে। এই হেতুই বোধ হয় হিন্দুসমাজে স্বয়ম্বর ও গান্ধর্ব্ববিবাহের প্রথা রহিত হইয়া থাকিবে। সুতরাং বর নির্ব্বাচনের ভার পিতার কিম্বা অপরাপর অভিভাবকের হস্তেই রহিল। এজন্যই বোধ হয় মহর্ষি মনুও বলিয়াছেন—

"কন্যা মৃগয়তে রূপং মাতা বিত্তং পিতা শ্রুতং"।

অর্থ—বরনির্ব্বাচনের ভার কন্যার উপর দেওয়া যায় না, কেন না কন্যা কেবল রূপেরই অন্বেষণ করে, মাতার উপরেও দেওয়া যায় না, মা কেবল কন্যার খাওয়া পরার সুখ সচ্ছন্দতাই দেখিবেন, কন্যা সর্ব্বদা অলঙ্কারে গা ঢাকিয়া অন্নপূর্ণা প্রতিমার মত বসিয়া থাকিলেই মার আনন্দ; রূপ, গুণ, তত থাকুক বা না থাকুক, ছেলের অর্থ, সম্পত্তি থাকিলে মার আর তত আপত্তি থাকে না। কিন্তু বিবেচক পিতা রূপ ততটা দেখিবেন না, ধন ততটা দেখিবেন না, দেখিবেন বরের চরিত্র কেমন? বিদ্যা, বুদ্ধি কিরূপ? যদি পাত্র সদ্‌গুণসম্পন্ন হয়, তাহা হইলেই পবিত্র দাম্পত্য প্রণয়ের স্বর্গীয়সুখে চিরদিন কন্যা নিমগ্ন থাকিতে পারিবে, তাই পিতা গুণের অন্বেষণ করেন।

প্রাচীন ঋষিরা বিবাহ সম্বন্ধে বরের গুণের এত পক্ষপাতী ছিলেন বলিয়াই তাঁহারা কহিতে কুণ্ঠিত হন নাই যে,—

"কামমামরণাত্তিষ্ঠেৎ গৃহে কন্যর্ত্তুমত্যপি।
ন চৈবৈনাং প্রযচ্ছেত্তু গুণহীনায় কর্হি চিৎ" ॥ মনু, ৯।৮৯।

অর্থ—বরং ঋতুমতী অবস্থায়ও মৃত্যুকাল পর্য্যন্ত কন্যাকে গৃহে রাখিয়া দেওয়া উচিত, তথাপি মূর্খের নিকট সমর্পণ করা কথনও উচিত নহে।

এই বচনটী মূর্খহস্তে পতিতা কোনও অবলার দুর্দ্দশা দর্শনে অত্যন্ত বিরক্ত ও দুঃখিত হইয়াই "মূর্খের নিকট কন্যা সমর্পণ অতি দোষাবহ," ইহা বুঝাইবার জন্যই মনু বলিয়া গিয়াছেন। নতুবা বিশেষ চেষ্টায় সদ্‌গুণ-সম্পন্ন পাত্র না ঘটিলে অগত্যা মূর্খের নিকটে দিবে না, চিরদিন মেয়েকে আইবুড় করিয়া ঘরে রাখিবে এমন কথা নহে। যেমন "বরং বিষং ভুঙ্ক্ষ্ব তথাপ্যকর্ত্তব্যং মাচর" অর্থাৎ বরং বিষ খাইয়া মর, গলায় দড়ি দেও, তথাপি দুষ্কর্ম্ম করিও না, এ স্থলে যেমন সত্যই বিষ খাইবার বা গলায় দড়ী দেওয়ার উপদেশ করা হয় নাই, কিন্তু দুষ্কর্ম্ম করা ভাল নহে, এই উপদেশ দেওয়া হইয়াছে। সেইরূপ কন্যাদান স্থলেও অসৎপাত্রে কন্যা-দান অতি অপ্রশস্ত ইহাই বুঝাইতে ঐকথা বলা হইয়াছে। কেন না, মনুই আবার বলিয়াছেন, (৫।১৫৪) "বিশীলঃ কামবৃত্তো বা গুণৈর্ব্বা পরিবর্জ্জিতঃ" অর্থাৎ দুশ্চরিত্র স্বেচ্ছাচারী নির্গুণ পতিকেও পত্নী, দেবতার ন্যায় সেবা করিবে। মহামহোপাধ্যায় বাচস্পতি মিশ্র "দ্বৈত-নির্ণয়" গ্রন্থে উক্ত বচনের এরূপ মীমাংসা করিয়া গিয়াছেন।

সে যাহা হউক, যে কারণে স্বয়ম্বর ও গান্ধর্ব্ববিবাহ হিন্দু সমাজে উঠিয়া যাউক না কেন, তাহা বর্ত্তমান প্রবন্ধের আলোচ্য বিষয় নহে।

কিন্তু "ত্রিংশৎবর্ষঃ ষোড়শাব্দাং" এই বচনের দ্বারা এবং "ত্রিংশৎবর্ষো-বহেৎ ভার্য্যাং হৃদ্যাং দ্বাদশবার্ষিকীং" এই বচনের দ্বারা ষোল ও বার বৎসরেও কন্যার বিবাহের যে বিধান পাওয়া যায়, তাহা সমাজে কেন বর্জ্জিত হইল? ইহাতে কোন বৈজ্ঞানিক তত্ত্ব নিহিত

বালিকাবিবাহ।

আছে কি না? এবং ঋষিগণ ৮।৯।১০ বৎসরের বালিকা বিবাহের জন্য মাথার দিব্য দিয়া বিধান করিয়া গিয়াছেন কেন? ইহাতেও কোন বৈজ্ঞানিক তত্ত্ব আছে কিনা? এই প্রবন্ধের ইহাই আলোচ্য বিষয়।

এখন বালিকার বিবাহ সম্বন্ধে কোন্ ঋষির কি মত ইহাই উদ্বাহ-তত্ত্ব হইতে দেখান যাইতেছে।

"কন্যা দ্বাদশবর্ষাণি যাঽপ্রদত্তা গৃহে বসেৎ।
ভ্রূণহত্যা পিতুস্তস্যাঃ সা কন্যা বরয়েৎ স্বয়ং।" যম।

"প্রাপ্তে তু দ্বাদশে বর্ষে যদা কন্যা ন দীয়তে।
তদা তস্যাস্তু কন্যায়াঃ পিতা পিবতি শোণিতং॥
তস্মাৎ সংবৎসরে প্রাপ্তে দশমে কন্যকা বুধৈঃ।
প্রদাতব্যা প্রযত্নেন ন দোষঃ কালদোষজঃ॥" অঙ্গিরা।

"সংপ্রাপ্তে দ্বাদশে বর্ষে কন্যাং যো ন প্রযচ্ছতি।
মাসি মাসি রজস্তস্যাঃ পিতা পিবতি শোণিতং॥
মাতা চৈব পিতা চৈব জ্যেষ্ঠভ্রাতা তথৈব চ।
ত্রয়স্তে নরকং যান্তি দৃষ্ট্বা কন্যাং রজস্বলাং॥
যস্তু তাং বিবহেৎ কন্যাং ব্রাহ্মণো মদমোহিতঃ।
অসম্ভাষ্যো হ্যপাঙ্‌ক্তেয়ঃ স জ্ঞেয়ো বৃষলীপতিঃ॥" রাজমার্ত্তণ্ড।

ইত্যাদি বচনের অনুবাদ করা নিষ্প্রয়োজন, সকল বচনেরই তাৎপর্য্যার্থ এই যে, কন্যা ঋতুমতী হইবার পূর্ব্বে দশ হইতে বার বৎসরের মধ্যেই তাহার বিবাহ দিবে; ইহার পর বিবাহ দেওয়া অত্যন্ত দোষাবহ।

যদিও বেদার্থেরই উপনিবদ্ধ বিধায় ঋষিবচন বিশেষ প্রমাণ, তাহার উপরে আমাদের সংশয় করা উচিত নহে ও ঋষিরা যাহা বলিয়া দিয়াছেন তাহাই ঠিক, অভ্রান্ত, অতর্কণীয়, ইহা অবনত মস্তকে মানিয়া লওয়া উচিত, তাঁহাদের কথার উপরে বাঙ্‌নিষ্পত্তি করা বা প্রতিবাদ করা, বা কারণ, অনুসন্ধান করা চলে না। কেন না "আজ্ঞা গুরূণাং ন বিচারণীয়া" গুরুর আজ্ঞার বিচার করিবে না, গুরুর আজ্ঞার উপরে "কেন" খাটে না,

ঋষি বাক্যের উপরে আপত্তি নাই, তাঁহাদের কথা অকাট্য—অপ্রতিবাদ্য। কারণ ঋষিগণ যোগমাহাত্ম্যে যাহা বুঝিয়াছেন, যোগের অনুবীক্ষণযন্ত্রে যে সকল সূক্ষ্মতত্ত্ব দেখিয়াছেন, বহুদিন দেখিয়া শুনিয়া বিশেষ চিন্তা করিয়া যাহা স্থির করিয়া গিয়াছেন, সে সকল সূক্ষ্মতত্ত্ব আমাদের মত কীটাণুর বুঝিতে যাওয়া বিড়ম্বনা মাত্র। ঋষিদিগের সিদ্ধান্তিত বিষয়ের দোষগুণের চিন্তা করিয়া আমাদের সেই সময়টা নষ্ট করা বৃথা। ঋষিরাই চিন্তার পরাকাষ্ঠা করিয়া মীমাংসিত বিষয়ে আমাদিগকে উপদেশ দিয়া গিয়াছেন, আমরা নিরাপত্তিতে কেবল তাহা মানিয়া লইলেই আমাদের সুবিধা।

এজন্য মহামহোপাধ্যায় বাচস্পতি মিশ্র "সাংখ্যতত্ত্বকৌমুদী"তে বলিয়াছেন—"আর্ষন্তু যোগিনাং বিজ্ঞানং লোকব্যুৎপাদনায়নালং"।

অর্থাৎ ঋষিদিগের যৌগিক বিজ্ঞান, লোকদিগকে বুঝাইতে সমর্থ নহে। যেমন অণুবীক্ষণের সাহায্যে যে সকল সূক্ষ্ম পদার্থ দর্শনের যোগ্য, তাহা এই চর্ম্ম চক্ষুতে দেখা যায় না, সেইরূপ ঋষিগণের যোগ চক্ষুর দৃশ্যপদার্থ-আমাদের দর্শনের যোগ্য হইতে পারে না।

ঋষিরা যোগবলে দেখিয়াছিলেন, সংক্রান্তি, অমাবস্যা, পূর্ণিমা ও দ্বাদশী তিথিতে সায়ং সন্ধ্যার উপাসনা করিলে পিতৃহত্যার পাপ হয়, কিন্তু আমরা এমন কোন্ লৌকিক বিজ্ঞান বা যুক্তিতে তাহার কি মাথা মুণ্ড বুঝিব?

এজন্য মহর্ষি মনু বলিয়াছেন—

"হৈতুকান্ বক-বৃত্তীংশ্চ বাঙ্মাত্রেণাপি নার্চ্চয়েৎ।"

অর্থাৎ যাহারা ঋষিদিগের নির্ণীত ধর্ম্মকর্ম্মের উপরে হেতু অনুসন্ধান করিবে, তাহারা নাস্তিক, তাহাদিগের সহিত কথা মাত্রও কহিবে না।

এ সমস্ত কারণে মুনিবাক্যের উপরে কারণ অনুসন্ধান না করাই উচিত। কিন্তু এখন আর সে কাল নাই, যে কারণেই হউক ইদানীং

ধর্ম্মকর্ম্মে কোন প্রকার বৈজ্ঞানিক যুক্তি আছে কি না, তাহার বিচার করা 'ফেসান' হইয়া উঠিয়াছে। শ্রাদ্ধ করিতে হয় কেন? দশ বৎসরেই কন্যার বিবাহ দিবে কেন? ষোল বৎসরেই বা বিবাহ দিবে না কেন? এখন এইরূপ 'কেন'র যুগ উপস্থিত হইয়াছে। এই 'কেন'র যুক্তি না জানিতে পারিলে মনটা কেমন কেমন করে, যেন অতৃপ্ত বোধ হয়। সুতরাং অগত্যা বাধ্য হইয়া ধর্ম্মবিষয়েও অনেকের যুক্তি অনুসরণ করিতে প্রবৃত্তি হইয়াছে।

এজন্য অদ্য বিবাহ বিষয়ে বিশেষ বৈজ্ঞানিক তত্ত্বের আলোচনা করা যাইবে, ইহার যথার্থতা এবং প্রামাণ্য বিষয়ে সহৃদয় পাঠক বৃন্দের পক্ষপাত-শূন্য বিবেচনার উপরেই নির্ভর রহিল।

বিষ কন্যা।

বালিকা বিবাহেই গুণ কি? আর যুবতি-বিবাহেই বা দোষ কি? ইহাই প্রথম আলোচ্য বিষয়।

দেখা যায়, বর্ত্তমান বিজ্ঞানযুগের অনতিপূর্ব্ববর্ত্তী সময়ের তন্ত্রশাস্ত্রে আছে,—"ব্রহ্মাণ্ডে যে গুণাঃ সন্তি তে তিষ্ঠন্তি কলেবরে"; শাক্তা অর্থাৎ বৃহৎ ব্রহ্মাণ্ডে যে যে ধর্ম্ম, গুণ বা দোষ আছে, শরীরেতেও তৎসমুদায়ই আছে।

যেমন মহা ব্রহ্মাণ্ডে, চন্দ্র সূর্য্যাদি গ্রহ নক্ষত্র, গিরি, নদী, বন, বন্যপ্রাণী, উদ্ভিজ্জাদি, স্বর্গ নরক. ও অমৃত বিষ প্রভৃতি স্থূলরূপে বিরাজিত রহিয়াছে, সেইরূপ এই ক্ষুদ্র ব্রহ্মাণ্ডভূত শরীরেও সেই সেই চন্দ্র সূর্য্যাদি সকলই সূক্ষ্ম রূপে অবস্থিত আছে, যথা—তিমির বিনাশ করিয়া আলোক প্রদান করে বলিয়া দুইটী চক্ষুই দৈহিক চন্দ্র ও সূর্য্য। এক সের জলে যে পরিমিত মুড়ি ভিজান যাইতে পারে, সেই মুড়ি গুলি অক্লেশে জিহ্বা ভিজাইয়া লয়, অতএব জিহ্বাই জল বাহিনী নদী, আহার্য্য বস্তুনিচয় পরিপাক করে বলিয়া জঠরানলই দৈহিক বহ্নি, যেমন ভূতলে কুশ, কাশ ও দুর্ব্বা প্রভৃতি জন্মিয়া থাকে, সেরূপ শরীরেও রোম, কেশ ও শ্মশ্রু প্রভৃতি রহি-

যাছে। যেমন অরণ্যে জীবজন্তুপ্রভৃতি বিচরণ করে, সেইরূপ কেশাদিতে উৎকুণ (উকুণ) প্রভৃতি ক্ষুদ্র ক্ষুদ্র কীট ও উদরে কত কত কৃমি জন্মিতেছে। উহাদেরও স্ত্রীপুত্রাদি পরিবারবর্গ রহিয়াছে। এই রূপ অপরাপর বিষয়ও মিলাইয়া লইতে পারা যায়।

বহির্জ্জগতে যেমন অমৃত এবং বিষ দুইটি পদার্থ স্থূলরূপে আছে, সেই প্রকার এই শরীরেও অমৃত ও বিষ দুইটি পদার্থ প্রকারান্তরে রহিয়াছে। আমাদের দশনাগ্রে ও নখাগ্রে বিষ আছে। মানব দেহে বসা, শুক্র, রক্ত, মজ্জা, মূত্র, বিষ্ঠা, কর্ণমল, নখ, শ্লেষ্মা, অশ্রু, নেত্রমল ও ঘর্ম্ম, এই দ্বাদশ প্রকার মলই বিষবিশেষ জানিবে। *

"বিষস্য বিষমৌষধং" বিষের ঔষধ বিষ, ইহা শাস্ত্রসিদ্ধান্ত। পূর্ব্ববঙ্গে অনেক স্থানে দেখা গিয়াছে, যদি কেহ মরিবার জন্য, বা ভ্রমে বিষ খাইয়া থাকে, তবে সেই বিষদোষ নাশ করিবার জন্য তাহাকে বিষ্ঠা আহার করান হইয়া থাকে। তদ্রূপ যুবকের মুখে বা নাসিকাগ্রে ব্রণ হইলে তাহাতে তাহার নাসিকার শ্লেষ্মা, দুই তিনবার দিলেই উহা মরিয়া যায়; গলপার্শ্বে, বা কুঁচ্‌কি ফুলিয়া প্রদাহ হইলে, তাহাতে লালার প্রলেপ দিলেই কমিয়া যায়, ইহাও অনেক দেখা গিয়াছে। এতদ্দ্বারা উপপন্ন হইতেছে যে মানবশরীরে বিষ আছে, ইহা নিশ্চয়।

অসাধু ব্যক্তির শরীরে সেই বিষবিশেষ পাপ নামে অভিহিত হইয়া থাকে। অসাধু-শরীরের সেই পাপ আলাপ, গাত্রস্পর্শ, নিশ্বাস, একত্র ভোজন, একত্র উপবেশন ইত্যাদি কারণে অপরের শরীরে সংক্রামিত হয়; সে হেতু সেই সংসর্গকারী সাধুও অসাধুরূপে পরিণত হয়, বা বিকৃতস্বভাব

* "বসা শুক্র মসৃঙ্ মজ্জা মূত্রবিট্ ঘ্রাণকর্ণবিট্।
শ্লেষ্মাশ্রু দূষিকা স্বেদো দ্বাদশৈতে নৃণাং মলাঃ।" (মনু।৫।১৩৫) *

হয়, বা উৎকট পীড়াগ্রস্ত হয়, বা মরিয়াও যাইতে পারে। †

সাধুদিগের শরীরেও সেই বিষবিশেষ আছে বটে, কিন্তু পুণ্য অর্থাৎ সাধুবৃত্তিরূপ অমৃতদ্বারা উক্ত বিষবিশেষ অভিভূত হইয়া থাকে সে জন্য সাধুসংসর্গ প্রার্থনীয়।

সে যাহা হউক, কোন কোন ব্যক্তি, কাহারো কাহারো সংসর্গে হৃষ্টপুষ্ট হয়, কেহ কেহ বা জীর্ণ শীর্ণ হইয়া যায়। প্রাচীন মহর্ষিগণ কাহার শরীরে বিষপ্রবাহ, কাহার শরীরে বা অমৃত-প্রবাহ আছে, ইহা অঙ্গপ্রত্যঙ্গ ও অন্যান্য চিহ্নদর্শনে নিশ্চয়রূপে বলিতে পারিতেন। সেই জন্য কাহার সংসর্গ কাহার সহ্য হইবে, কাহার হইবে না, ইহা বলিতে সমর্থ হইতেন।

কিন্তু অধুনা স্থূলমতি আমরা আর শরীরের চিহ্ন দেখিয়া কাহার শরীর বিষাক্ত, কাহার শরীর বা অমৃতাক্ত, তাহা বুঝিতে পারি না। না পারিলেও বাঁচিতেই সকলের ইচ্ছা, মরিতে কেহই প্রস্তুত নহি, একথা স্বীকার করিতেই হইবে।

রঘুনন্দন-কৃত উদ্বাহতত্ত্বে কথিত আছে—

"ন মূত্রং ফেনিলং যস্য বিষ্ঠা চাপ্সু নিমজ্জতি।
মেঢ্রশ্চোন্মাদশুক্রাভ্যাং হীনঃ ক্লীবঃ স উচ্যতে"॥

অর্থ—যাহার প্রস্রাবে ফেন জন্মে না, এবং বিষ্ঠা জলে ডুবিয়া যায়, সেই ব্যক্তি ক্লীব, তাহাকে কন্যাদান করিবে না।

ইত্যাদি রূপে বরের পরীক্ষা করা হইত। এবং

"ত্রীণি যস্যাঃ প্রলম্বানি ললাটমুদরং ভগং।
ক্রমেণ ভক্ষয়েন্নারী শ্বশুরং দেবরং পতিং"॥ ‡

অর্থ—যে কন্যার ললাট, উদর এবং জননেন্দ্রিয় লম্বমান—দীর্ঘাকার হয়, সেই কন্যা যথাক্রমে শ্বশুর, দেবর, ও পতিঘাতিনী হইবে। ইত্যাদি

† ইহা সংসর্গ শক্তিতে ব্যক্ত আছে। ‡ অত্রি। মনু ৫,১৩৫,৩২,৪৫ পৃষ্ঠা দ্রষ্টব্য।

শাস্ত্র অনুসারে কন্যাও পরীক্ষিতা হইত।

কিন্তু এখন সমাজের প্রথা অনুসারে পরীক্ষা করা দূরের কথা, পরীক্ষার কথা পর্য্যন্ত উঠিয়া গিয়াছে। যদিও ঠিকুজী অনুসারে গণ, বর্ণ ও যোটক কোথাও কিঞ্চিৎ দেখা হয়, তাহা দেখারই মধ্যে গণ্য নহে। কিন্তু তথাপি সকলের জীবনই প্রার্থনীয় মরণ প্রার্থনীয় নহে।

এইরূপ একটা কথা অনেক দেশেই প্রসিদ্ধ আছে যে, যে সকল কুক্কুর বা বিষধরসর্প, বারংবার প্রাণীকে দংশন করে, তাহাদের বিষবেগ ক্রমশঃ কমিয়া যায়, তাহার পরে সেই কুক্কুর বা সর্প কাহাকেও দংশন করিলে, সেই দষ্টব্যক্তি আর বিষে আক্রান্ত হয় না এবং মরেও না।

পূর্ব্বেই বলা হইয়াছে যে, মানব শরীরেও বিষ আছে, সুতরাং স্ত্রী জাতির শরীরও সেই বিষ-বর্জ্জিত নহে। সেই বিষ, বয়োবৃদ্ধির সহিত বর্দ্ধিত হয়। যে সময়ে বালক বালিকাদিগের অঙ্গপ্রত্যঙ্গ উপচিত হয়, যৌবন উদ্ভিন্ন হয়, তখন তাহাদের শরীরে, অল্প অল্প বিষাঙ্কুর পরিস্ফুট হইতে থাকে, তখন সেই উচ্ছলিত-বিষ-বেগা যুবতির পরিণয় করিয়া, তাহার সহিত আলাপ ও গাত্রস্পর্শাদি সংসর্গে, প্রথম পতি মৃত্যুমুখে পতিত হইবে, সেই কামিনীর দৈহিক বিষবেগ প্রশমিত হইলে দ্বিতীয় পতি উহার সংসর্গে আর বিপন্ন হইবে না। প্রত্যুত সুখে কাল অতিবাহিত করিবে। একথা জ্যোতির্ব্বিৎ-প্রবর রামদাস কবিবল্লভ-কৃত জ্যোতিঃ-সারার্ণবে লিখিত আছে।

যথা—"ভূমির্ন স্পৃশ্যতে যস্যা অঙ্গুল্যা চ কনিষ্ঠয়া।
ভর্ত্তারং প্রথমং হন্যাৎ দ্বিতীয়ঞ্চাভিনন্দতি॥"

(প্রথম তরঙ্গ)

অধিক কি লিখিব? যে কামিনীর উদর বিলম্বিত, জঙ্ঘাদেশ স্থূল, নাসা স্থূল, তাহার দৈহিক বিষ-সংস্রবে ক্রমশঃ এক, দুই, তিন, চারি, পাঁচ, ছয়, সাত, আটটি যাবৎ উপপতি বিনষ্ট হইবে, তৎপরে বিষবেগ শ্লথ হইলে

নবম উপপতি আর মরিবে না, অথচ সেই পুরুষেই বিষবেগ প্রশমিত হইবে। সেই বিষধরী যুবতি নবম পুরুষের সহিত সুখস্বচ্ছন্দে কালাতিপাত করিতে পারে। ইত্যাদি কথাও রামদাস কবিবল্লভ-কৃত জোতিঃসারার্ণবের পঞ্চম তরঙ্গে আছে, যথা—

"যস্যা মধ্যং ভবেদ্দীর্ঘং সা স্ত্রী পুরুষঘাতিনী।
ভূমির্ন স্পৃশ্যতেঽঙ্গুল্যা সা নিহন্যাৎ পতিত্রয়ং * ॥ ১ ॥
প্রদেশিনী ভবেদ্দীর্ঘা সা স্যাৎ সৌভাগ্যশালিনী।
বৃদ্ধা যস্যা ভবেদ্দীর্ঘা পতিং হন্তি চতুষ্টয়ং ॥ ২ ॥
লম্বোদরী স্থূলজঙ্ঘা স্থূলনাসা চ যা ভবেৎ।
পতয়োঽষ্টৌ ম্রিয়েরন্ সা নবমে তু প্রসীদতি ॥ ৩ ॥
বিরলা দশনা যস্যাঃ কৃষ্ণাক্ষী কৃষ্ণজিহ্বিকা।
ভর্ত্তারং প্রথমং হন্তি দ্বিতীয়মপি বিন্দতি ॥ ৪ ॥
যস্যা অত্যুৎকটৌ পাদৌ বিস্তৃতঞ্চ মুখং ভবেৎ।
উত্তরোষ্ঠে চ লোমানি সা শীঘ্রং ভক্ষয়েৎ পতিং ॥" ৫ ॥

অর্থ—যে কন্যার মধ্যদেশ দীর্ঘ, সে পুরুষ-ঘাতিনী হয়, এবং যে কন্যার মধ্যাঙ্গুলী ভূমিস্পর্শ করে না, সেই বিষকন্যা তিনটী পতি * বিনাশ করিবে ॥ ১ ॥

যে কন্যার পায়ের প্রদেশিনী অঙ্গুলী—বৃদ্ধাঙ্গুলী অপেক্ষায় দীর্ঘ হয়, সে কন্যা ভাগ্যবতী হইবে। কিন্তু সেই প্রদেশিনী দীর্ঘা হইয়া যদি উপরে উঠিয়া থাকে, তবে সে কন্যা পতি ও উপপতি ত্রয় * বিনাশ করিবে ॥ ২ ॥

যে কন্যার উদর লম্বা, জঙ্ঘা ও নাসিকা স্থূল, তাহার আটটি পতি মরিবে, পরে নবম পতিতে সে প্রসন্না থাকিবে ॥ ৩ ॥

---

* এস্থলে "পতিত্রয়ং" শব্দ দেখিয়া বিধবা বিবাহের পক্ষ পাতীরা যেন বিধবা বিবাহের ইহাই প্রমাণ মনে না করেন, কেননা এস্থানে "পতি শব্দের অর্থ "উপ যুক্ত পতি বুঝিতে হইবে।

যে কন্যার দন্ত বিরল—ফাঁক ফাঁক, চক্ষু ও জিহ্বা কৃষ্ণবর্ণ, তাহার প্রথম ভর্ত্তা মরিবে, এবং সে দ্বিতীয় ভর্ত্তা লাভ করিবে॥ ৪ ॥

যে কন্যার পা দুখানি উৎকট অর্থাৎ পাদতল সম্পূর্ণরূপে ভূতলস্পর্শ করে না, পায়ের নীচে ফাঁক থাকে, এবং মুখকুহর অতি বিস্তৃত, ও ঠোঁটের উপরিভাগে রোমরেখা থাকে, সে শীঘ্রই পতিকে সংহার করিবে॥ ৫ ॥

দ্বাদশী বারুণঃ সূর্য্যে বিশাখা সপ্তমীকুজে।
মন্দেঽশ্লেষা দ্বিতীয়াচ বিষযোগাস্ত্রয়োমতাঃ॥"

(স্ত্রীজাতকে যবনাচার্য্য)

অর্থ—রবিবারে দ্বাদশী তিথি ও শতভিষা নক্ষত্র, মঙ্গলবারে সপ্তমী ও বিশাখা নক্ষত্র হয়, অথবা শনিবারে দ্বিতীয়া তিথি ও অশ্লেষা নক্ষত্র হয়, তবে স্ত্রী সম্বন্ধে বিষযোগ হইয়া থাকে। উক্ত ত্রিবিধ বিষযোগে জাতা স্ত্রীকে বিষকন্যা বলা যায়।

অপিচ, বিষকন্যার আরও স্পষ্ট প্রমাণ পাওয়া যায়, যথা রাম দাস কবিবল্লভকৃত জোতিঃসারার্ণবের ষষ্ঠ তরঙ্গে। এবং স্ত্রীজাতকে যবনাচার্য্য।

"রিপুক্ষেত্রগতৌ দ্বৌ তু লগ্নে যদি শুভগ্রহৌ।
ক্রূরস্তত্র গতোঽপ্যেকো ভবেৎ স্ত্রী বিষকন্যকা॥" ১ ॥
"ভদ্রা তিথির্যদাশ্লেষা শতভিষা চ কৃত্তিকা।
মন্দার-রবিবারেষু ভবেৎ স্ত্রী বিষকন্যকা॥"

অর্থ—যে কন্যার জন্ম লগ্নে দুইটী শুভগ্রহ থাকে, এবং ঐ শুভগ্রহ দুইটীর যদি সেই লগ্নস্থান শত্রুর গৃহ হয়, এবং একটী ক্রূর গ্রহ থাকে, তবে সে বিষকন্যা হইবে, তাহার বিষসংসর্গে স্বামী বাঁচিবে না॥ ১ ॥

অপিচ, শনি মঙ্গল বা রবিবারে, দ্বিতীয়া, সপ্তমী অথবা দ্বাদশী তিথিতে, এবং অশ্লেষা, শতভিষা কিম্বা কৃত্তিকা নক্ষত্রে যে কন্যা জন্মে, তাহাকে বিষকন্যা বলিয়া জানিবে। তাহার বিষসংসর্গে পুরুষ বাঁচিবে না॥ ২ ॥

এই বিষকন্যা সর্ব্বাঙ্গসুন্দরী হইলেও তাহার সংসর্গে পুরুষ অকালে কালকলে পতিত হইবে। সামুদ্রিক শাস্ত্রেও আছে—

"যদঙ্গং নাভিবাঞ্ছন্তি মশকা বা জলায়ুকাঃ।
মক্ষিকাশ্চ স্ত্রিয়ং তাং বৈ নোপগচ্ছেৎ কদাচন॥
যন্মূত্রতেজসা ভৌমা ম্রিয়ন্তে চ মহীলতাঃ।
পিপীলিকাশ্চ কীটাশ্চ তাং নারীং বিষবৎ ত্যজেৎ॥

অর্থ—যে স্ত্রীর শরীরে মশা জোঁক বা মাছিতে না ধরে, তাহাকে পরিত্যাগ করিবে। এবং যে স্ত্রীর প্রস্রাবের তেজে কেঁচুয়া পিপ্ড়া ও অপরাপর কীট মরিয়া যায়, সেই স্ত্রীর কোনরূপ সংসর্গ করিবে না।

বিষ কন্যার-প্রতিকার। উক্তবিধ বিষকন্যার মারণী শক্তি আছে ইহা নিশ্চয় জানিয়াই চন্দ্রগুপ্তের নিধনার্থ মহানন্দের মন্ত্রি রাক্ষস কর্ত্তৃক, পরমসুন্দরী বিষকন্যা প্রেরিতা হইয়াছিল। মুদ্রারাক্ষসে ইহার জাজ্বল্যমান প্রমাণ পাওয়া যায়।

উক্তরূপে বিষকন্যার পরীক্ষা করা বর্ত্তমান সমাজে দুরূহ ব্যাপার, অথচ জীবন সকলেরই প্রার্থনীয়, মরণ কাহারই অভিলষিত নহে, ইহা নিশ্চয় করিয়াই ত্রিকালদর্শী লোকহিতৈষী আর্য্য ঋষিগণ, সংক্রামক বিষদোষ হইতে মানবদিগকে রক্ষা করিবার জন্যই বালিকা বিবাহের ব্যবস্থা করিয়া গিয়াছেন।

বালিকাবস্থায় বিবাহ হইলে পূর্ব্বোক্ত বিষদোষ সংক্রামণের সম্ভাবনা থাকে না, যেমন অবিপক্ক অজাতসার বিষতরুর বিষ ভক্ষণে কথঞ্চিৎ ক্লেশ হইতে পারে বটে, কিন্তু উক্ত বিষভক্ষণে মানব মৃত্যুমুখে পতিত হয় না। দেখা যায় ক্রমশঃ অল্প পরিমাণ হইতে আরম্ভ করিয়া পরে অধিক পরিমাণে অহিফেন সেবিত অভ্যাস প্রযুক্ত ভক্ষণকারীকে মারিতে পারে না। সেই প্রকার, যে বালিকার শরীরে বিষের অঙ্কুর মাত্রের উদ্গম হইয়াছে, সেই নববিবাহিতা বালিকা-বধূর সংসর্গে শ্বশুর, দেবর অথবা স্বামী বিষ

দোষে আক্রান্ত হইতে পারে না।

প্রাচীন কালের ব্যবহারও এইরূপ ছিল। পূর্ব্ববঙ্গে এখনও স্থান-বিশেষে উক্ত ব্যবহার দৃষ্ট হয়। নববিবাহিতা বলিকাবধূ পতিগৃহে আসিয়া কিছুদিন কাহারও সহিত কথা কহে না, পুত্রবধূও কন্যার মত শাশুড়ীর নিকটেই থাকে, শাশুড়ীর কাছেই শয়ন করে, রজঃ প্রবৃত্তির পূর্ব্বে পতিশয্যায় যায় না। এবং শ্বশুর শাশুড়ীর পাদ প্রক্ষালনের জল আনিয়া দেয়, গৃহ লেপন, পাকপাত্র মার্জ্জন, হরিদ্রা-সর্ষপাদি পেষণ, শাশুড়ীর সহিত একত্র রন্ধন, ইত্যাদি গৃহকর্ম্ম করিয়া থাকে। রন্ধনান্তে পতিপ্রভৃতিকে পরিবেশন করে। পতির উচ্ছিষ্ট ভোজন করে, পতিপ্রভৃতির বস্ত্র প্রক্ষালন করিয়া রৌদ্রে শুষ্ক করত পুনর্ব্বার অপরাহ্নে অঙ্গসংলগ্নে শারীরিক-উষ্মা বস্ত্রে সংযোজিত করিয়া যথাস্থানে সজ্জিত ভাবে স্থাপন করে।

এইরূপে বস্ত্রাদির সংস্পর্শ প্রভৃতি ক্ষুদ্র ক্ষুদ্র সংসর্গে নিজের অঙ্কুরিত দৈহিক বিষ, পতিপ্রভৃতির শরীরে সংক্রান্ত হইয়া ক্রমে স্বাস্থ্য লাভ করে, তখন আর কাহারও বিকৃতি জন্মায় না। প্রত্যুত পরস্পর সংসর্গে শরীরগত দোষ সামঞ্জস্যই লাভ করে। এই প্রকার প্রথমে অল্পে অল্পে সহিয়া অভ্যস্ত হইলে, পরে গুরুতর সংসর্গেও অনিষ্টের সম্ভাবনা থাকে না। পরন্তু অহিফেনের ন্যায়, অভ্যস্তব্যক্তির পুষ্টিই সাধন করে।

মানব শরীরগত তাড়িত বা উষ্মা স্বভাবতঃ ইতস্ততঃ সর্ব্বদা বিচ্ছুরিত হইয়া থাকে কিন্তু আলাপ গাত্রস্পর্শাদি সংসর্গে পাপ নামক দৈহিক বিষ উক্ত তাড়িত-প্রবাহের সহিত একের শরীর হইতে অপরের শরীরে সংক্রান্ত হয়, ইহা "প্রায়শ্চিত্ত বিবেকে" পতিতসংসর্গপ্রকরণে ছাগলেয় প্রভৃতি মহর্ষিগণ স্ফুট ভাবেই বুঝাইয়া দিয়াছেন। *

* যথা, "আলাপাৎ" ইত্যাদি পুস্তে—"সংসর্গশাস্তুতে" যাহা প্রকটিত হইয়াছে।

সাময়িক-বিবকন্যা। অতএব দ্বিতীয় সংস্কারের পূর্ব্বে পত্নীর সহিত গুরুতর সংসর্গ করিবে না। বিশেষতঃ "নির্ণয়সিন্ধু" গ্রন্থে যম এই বিষয়ে বিশেষরূপে সাবধান করিয়া গিয়াছেন।

যথা—"প্রাগ্‌রজোদর্শনাৎ পত্নীং নেয়াৎ, গত্বা পতত্যধঃ।
বৃথাকারেণ শুক্রস্য ব্রহ্মহত্যামবাপ্নুয়াৎ॥"

অর্থ—রজঃপ্রবৃত্তির পূর্ব্বে পত্নীর সহবাস করিবে না, তাহাতে শুক্রের ব্যর্থক্ষয় প্রযুক্ত ব্রহ্মহত্যা, অর্থাৎ ব্রহ্ম-আত্মা আত্মহত্যা করা হয়, যে মূর্খেরা অশাস্ত্রীয় অবৈধভাবে এবং অতিরিক্ত পরিমাণে শুক্রক্ষয় করে, তাহাদের মস্তিষ্করোগ, শিরোরোগ, চক্ষুরোগ স্নায়ুদৌর্ব্বল্য, মন্দাগ্নি, গ্রন্থিবাত, ভ্রমি, প্রমেহ, এবং রাজযক্ষ্মপ্রভৃতি মারাত্মক অচিকিৎস্য ব্যাধি অনিবার্য্য, সুতরাং অল্পায়ুও ধ্রুব সত্য। এবং সেই পশুপ্রকৃতি পুরুষের পুত্র কন্যা-গণও ব্যাধিগ্রস্ত ও অল্পায়ু হইবে, ইহা নিশ্চিত।

কিন্তু রজোনিঃস্রাবের পরে স্নানাদিদ্বারা বিশুদ্ধ হইলে যথাশাস্ত্র গুরুতর সংসর্গেও পত্নীর শরীরগত সঞ্চিত দোষে ভর্ত্তা আক্রান্ত হইবে না। এ বিষয় মনু কহিয়াছেনঃ—

"স্ত্রিয়ঃ পবিত্রমতুলং নৈতা দুষ্যন্তি কর্হিচিৎ।
মাসি মাসি রজস্তস্যা দুষ্কৃতান্যপকর্ষতি॥"

অর্থ—প্রতি মাসেই রজঃস্রাবের সহিত স্ত্রীদিগের দৈহিক সঞ্চিত দুষ্ট তাড়িত দোষ সকল অপসৃত হইয়া যায়, তখন তাহাদের শরীর নির্দ্দোষ হয়।

কিন্তু যে তিন দিন রজো নিবৃত্তি না হয়, সেই তিন দিন তাহাদের শরীর হইতে এমনই বিষাক্ততাড়িত চতুর্দ্দিগে বিচ্ছুরিত হইতে থাকে যে, তাহা মানব শরীরে এবং বস্ত্রাদিতে সংক্রামিত হইয়া তাহা দূষিত করে।

পরাশর বলেন—

"প্রথমেঽহনি চাণ্ডালী দ্বিতীয়ে ব্রহ্মঘাতিনী।

তৃতীয়ে রজকী প্রোক্তা চতুর্থেঽহনি শুধ্যতি ॥" (৭।১৮)

অর্থ—নারী রজস্বলার প্রথম দিনে চাণ্ডালীর (ডোম) ন্যায়, দ্বিতীয় দিনে ব্রহ্মহত্যাকারিণীর মত, তৃতীয় দিনে রজকীর মত অস্পৃশ্যা, আর চতুর্থ দিনে স্নানের পরে স্পর্শাদিতে শুদ্ধা জানিবে।

রজস্বলা সম্বন্ধে ঋষিগণ এত কঠিন শাসন করিয়া গিয়াছেন যে, তাহাদিগকে স্পর্শ করা ত দূরে থাকুক, দূষিত তাড়িত সংক্রামণের ভয়ে, তাহাদের দর্শন ও কথাশ্রবণ পর্য্যন্ত করিবে না বলিয়াছেন—

যাজ্ঞবল্ক্য ঋষি বলেন—(মদনপারিজাতে স্কন্দপুরাণ)

"স্ত্রী ধর্ম্মিণী ত্রিরাত্রন্তু স্বমুখং নৈব দর্শয়েৎ।
স্ববাক্যং শ্রাবয়েন্নাপি যাবৎ স্নানান্নশুধ্যতি ॥"

অর্থ—রজস্বলা স্ত্রী চতুর্থ দিনে স্নান করিয়া শুচি না হইতে অপর কাহাকেও নিজের মুখ পর্য্যন্ত দেখাইবে না, নিজের কথা পর্য্যন্ত অপরকে শুনাইবে না, স্পর্শ ত দূরের কথা। কেবল লজ্জিতা হইয়া গৃহকোণে বসিয়া থাকিবে, এইরূপ সাবধানে এই কয়েকদিন কাটাইবে।

মনু বলেন—

"নোপগচ্ছেৎ প্রমত্তোঽপি স্ত্রিয়মার্ত্তবদর্শনে।
সমানশয়নে চৈব ন শয়ীত তয়া সহ ॥
রজসাভিপ্লুতাং নারীং নরস্য হ্যুপগচ্ছতঃ।
প্রজ্ঞা তেজো বলং চক্ষুরায়ুশ্চৈব প্রহীয়তে ॥
তাং বিবর্জ্জয়তস্তস্য রজসা সমভিপ্লুতাং।
প্রজ্ঞা তেজো বলং চক্ষুরায়ুশ্চৈব প্রবর্দ্ধতে ॥" (৪।৪০—৪২)

অর্থ—নিতান্ত মূর্খ—উন্মত্তও রজস্বলা নারীর সমীপে গমন, তাহার সহিত একত্র শয়ন করিবে না। যে ব্যক্তি রজস্বলা নারীর নিকটেও যায় (স্পর্শ করা ত দূরের কথা) তাহার বুদ্ধি, কান্তি, বল, চক্ষুর দৃষ্টিশক্তি

এবং আয়ুঃ ক্ষয় হয়।

আর যে ব্যক্তি রজস্বলাকে সর্ব্বতোভাবে বর্জ্জন করে, অর্থাৎ তাহার দর্শন করে না, কথা শোনে না, তাহার বুদ্ধি, কান্তি, বল, দৃষ্টিশক্তি ও আয়ুর্ব্বৃদ্ধি হয়। *

ব্যাস সংহিতা—

"রজোদর্শনতো দোষাৎ সর্ব্বমেব পরিত্যজেৎ।
সর্ব্বৈরলক্ষিতা শীঘ্রং লজ্জিতান্তর্গৃহে বসেৎ॥
একাম্বরাবৃতা দীনা স্নানালঙ্কারবর্জ্জিতা।
মৌনিন্যধোমুখী চক্ষুঃ-পাণি-পাদ্বিরচঞ্চলা॥" (৩।৩৭—॥)

অর্থ—স্ত্রীলোকেরা ঋতুমতী হইলে দোষ-সংক্রামণের আশঙ্কায় গৃহে পাকাদি কোন কার্য্য কর্ম্ম করিবে না। রজস্বলা হইয়াছে বুঝিতে পারিলে তখনই তাড়াতাড়ি কেহ তাহাকে না দেখিতে পায়, এরূপ ভাবে লজ্জায় গৃহকোণে বসিয়া থাকিবে, এবং দুঃখিনীর মত এক খানা কাপড় পরিবে, স্নান করিবে না, অলঙ্কার পরিবে না, কাহারও সহিত কথা কহিবে না, কাহারও দিকে তাকাইবে না, এবং কোথাও আনা গোনা করিবে না।

মনু বলেন—(৫।৮৫)

"দিবাকীর্ত্তিমুদক্যাঞ্চ পতিতং সূতিকান্তথা।
শবং তৎস্পৃষ্টিনঞ্চৈব স্পৃষ্ট্বা স্নানেন শুধ্যতি॥"

অর্থ—চণ্ডাল, রজস্বলা, পতিত, সূতিকা, মনুষ্যশব এবং মনুষ্যশবকে যে স্পর্শ করিয়াছে, ইহাদিগকে স্পর্শ করিলে সবস্ত্রস্নান করিলে শুচি হইবে, অন্যথা শুচি হইবে না।

"চণ্ডালশ্চ বরাহশ্চ কুক্কুটঃ শ্বা তথৈবচ।
রজস্বলা চ যণ্ডশ্চ নেক্ষেরন্নশ্নতো দ্বিজান্॥" মনু। ৩। ২৩৯॥

* "রজস্বলাং প্রাপ্তবতো নরস্যানিয়তাত্মনঃ। দৃষ্ট্যায়ুস্তেজসাং হানিরধর্ম্মশ্চ ততো ভবেৎ॥" (সুশ্রুত, চিকিৎসিত, ২৪ অধ্যায়)।

অর্থ—চণ্ডাল শূকর, কুক্কুট কুক্কুর রজস্বলাস্ত্রী এবং ক্লীবদিগকে আহারের সময় দর্শন করিবে না।

সুশ্রুতাচার্য্য বলেন—

"দর্ভসংস্তরশায়িনী করতলশরাবপর্ণান্যতমভোজিনী।"

শরীর। ২। ২৪

অর্থ—রজস্বলাবস্থায় কামিনীগণ, কুশা প্রভৃতির কটে, (চাটাই) শয়ন করিবে, কেন না সর্ব্বদা ব্যবহার্য্য শয্যায় শয়ন করিলে সেই দূষিত শয্যা পরিত্যাগ করিতে হয়, এবং করতলে বা মৃত্তিকার সরায় আহার করিবে, অন্যথা সর্ব্বদা ব্যবহার্য্য তৈজসাদিতে ভোজন করিলে সেই দূষিত-পাত্র পরিত্যাগ করিতে হয় অন্যথা যে ব্যক্তি ঐ পাত্রে আহার করিবে তাহার দৃষ্টিহানি ইত্যাদি অপকার হইবে।

উক্ত রজস্বলা বা চণ্ডালাদির স্পর্শ প্রভৃতি যে কোন সংসর্গই হউক না কেন? সমস্তই সংক্রামক-দোষ-দুষ্ট, এজন্যই ঋষিগণ এত সাবধান করিয়া গিয়াছেন।

অতএব রজস্বলা সম্বন্ধে ঋষিগণের এই উপদেশ উপপন্ন হইতেছে যে—রজঃপ্রবৃত্তির পর তিন দিন কুলস্ত্রীগণ তাৎকালিকী বিষকন্যা হইবে, সে জন্য তাহারা অতিশয় সন্তর্পণে থাকিবে, কাহাকেও স্পর্শ করিবে না, কাহারও সহিত বাক্যালাপ, হাস্য পরিহাস করিবে না, তৈজস পাত্রে আহার করিবে না। মৃণ্ময়পাত্রে বা কদলীপত্রে আহার করিয়া তাহা ফেলিয়া দিবে, খট্টায়, পালঙ্কে, উত্তম শয্যায় শয়ন করিবে না, সামান্য শয্যায় ত্রিরাত্র শয়ন করিয়া পরে তাহা ফেলিয়া দিবে, গৃহকোণে ভিন্ন কাহারও দৃষ্টি পথে থাকিবে না, অপরের বস্ত্রাদিতে নিজের বিষ বস্ত্র * যদি দৈবাৎ সংযুক্ত হয়, তবে তাহা রজক দ্বারা ধৌত করিয়া পরে ব্যবহার

* যে বস্ত্রে রজস্বলা হয় ঐ বস্ত্রকে স্ত্রীলোকেরা বিষ কাপড় বলে।

করিবে। যদি দৈবাৎ রজস্বলা স্ত্রী অপরকে স্পর্শ করে, তবে তৎক্ষণাৎ পরিহিত বস্ত্রের সহিত স্নান করিয়া তুলসীর জল স্পর্শ ও বিষ্ণু পাদোদক পান করিবে, তবেই রজস্বলা স্ত্রীশরীর হইতে সংক্রামিত দোষরাশি হইতে বিমুক্ত হইবে।

ইহার অন্যথা আচরণে ও গুরুতর সংসর্গে মানবগণ তাহাদের দৈহিক বিষাক্ত তাড়িতে অভিভূত হইয়া দিন দিন দুরারোগ্য রোগে আক্রান্ত হইবে, শরীর, মন ও চক্ষু নিস্তেজ হইবে, যুবাবস্থাতেই চস্‌মা পরিতে হইবে, মস্তিষ্কে দোষ জন্মিবে, এবং অকালে মৃত্যুগ্রাসসংবরণ করিবে।

অতএব পূর্ব্বোক্ত ঋষিবাক্য দ্বারা ইহাই প্রমাণিত ও অনুমিত হইল যে, সকল নারীই বিষধরী, তাহাদের শরীরে প্রচ্ছন্নভাবে রোগ-জননী ও মারণীশক্তি, অর্থাৎ বিষবিশেষ অবস্থিত থাকে। *

মানব শরীরে দ্বাদশ প্রকার বিষাক্ত পদার্থ অবস্থিত আছে। ইহা মনু ও অত্রি বলেন—

"বসা শুক্রমসৃঙ্ মজ্জা-মূত্র-বিট্-ঘ্রাণ-কর্ণবিট্।
শ্লেষ্মাশ্রুদূষিকাঃ স্বেদো দ্বাদশৈতে মলা নৃণাং॥" (৫।১৩৫॥৩২)

অর্থ—বসা, শুক্র, রক্ত, মজ্জা, মূত্র, বিষ্ঠা, নাসিকামল, কর্ণমল, শ্লেষ্মা, চক্ষুরজল, চক্ষুরমল, এবং ঘর্ম্ম, এই দ্বাদশবিধ মল—বিষবিশেষ, মনুষ্যদেহে বর্ত্তমান জানিবে।

উক্ত দ্বাদশবিধ বিষ, নারী শরীরেও নিশ্চয়ই আছে, বিশেষতঃ

---

* অনেকানেক পুরুষও বিষধর আছে, যাহাদের সংসর্গে দুই, তিন, চারিটী পত্নী পর্য্যন্ত রুগ্নঃ বা অকালে কালকবলিতা হইয়া থাকে। পুরুষের শারীরিক বিষ দোষটা পঁচিশ বৎসর হইতে ত্রিশ বৎসর পর্য্যন্ত উপচিত হইতে থাকে, অতএব পুরুষের বিবাহ ত্রিশ বৎসর মধ্যেই কর্ত্তব্য, নচেৎ ত্রিংশৎ বর্ষের অধিক বয়স্ক পুরুষের বিষ-সংসর্গে বালিকাবধূ বিপন্না হইবার সম্ভব। *

রজস্বলা স্ত্রীর বিষদোষ এমনই সংক্রামক যে, তাহা চিন্তা করিলেও ঋষিগণের দূরদর্শিতা বিষয়ে বিস্মিত হইতে হয়। তাহার দৃষ্টান্ত এই—

যদি কোনও রজস্বলা স্ত্রীর জ্বর হয়, তবে তাঁহার স্নান করা বৈদ্যশাস্ত্রে নিষিদ্ধ, এস্থলে তাহার শুদ্ধতা সম্পাদনের উপায় কি? তদুত্তরে উশনা ঋষি বলেন

"জ্বরাভিভূতা যা নারী রজসা চ পরিপ্লুতা।
কথং তস্যা ভবেচ্ছৌচং শুদ্ধিঃ স্যাৎ কেন কর্ম্মণা॥
চতুর্থেঽহনি সংপ্রাপ্তে স্পৃশেদন্যা তু তাং স্ত্রিয়ং।
সা সচেলাবগাহ্যাপঃ স্নাত্বা চৈব পুনঃ স্পৃশেৎ॥
দশ-দ্বাদশকৃত্বো বা আচামেচ্চ পুনঃ পুনঃ।
অন্তে চ বাসসাং ত্যাগস্ততঃ শুদ্ধা ভবেত্তু সা॥"

(পরাশর ভাষ্যে ৭ম অধ্যায়)

অর্থ—জ্বরাভিভূতা নারী রজস্বলা হইলে তাহার শুদ্ধির উপায় এই যে, ঋতুর চতুর্থ দিনে উক্ত রজস্বলা স্ত্রীকে অপর কোনও স্ত্রীলোকে স্পর্শ করিবে সে সবস্ত্র স্নান করিবে, পুনর্ব্বার সেই রজস্বলাকে স্পর্শ করিবে, সে আবার স্নান করিবে, হস্তপদ ও মুখ প্রক্ষালন করিবে, এইরূপে দশবার বারবার স্পর্শ করিলে রজস্বালার শরীরগত দোষ, পুনঃ পুনঃ যে স্পর্শ করিয়াছে তাহার শরীরে সংক্রামিত হইবে, তখন সেই রজস্বলা বিনা স্নানে, কেবল বস্ত্রমাত্র ত্যাগ করিলেই শুদ্ধ হইবে। ইহাতেই বুঝিতে হইবে যে স্ত্রী-শরীরে কি ভয়ানক সংক্রামক দোষ থাকে।

অতএব যদি মানব, নীরোগ দীর্ঘজীবন লাভ করিয়া সুখশান্তিতে থাকিতে ইচ্ছা করে, তবে যৌবনের সঙ্গে সঙ্গে পরিস্ফুট ভাবে বিষবেগ উচ্ছলিত হইয়া উঠিলে বয়োধিকা কন্যার পাণি-পীড়ন করিবে না। পরন্তু উক্তরূপ ঘর্ম্মাদিবিষের করাল কবল হইতে আত্ম-রক্ষা করিবার নিমিত্ত, বিষ প্রচ্ছন্নভাবে অঙ্কুরাবস্থায় থাকিতে থাকিতে বালিকাবস্থায়ই পরিণয় করিবে।

এজন্য লোক-হিতার্থে, ত্রিকালজ্ঞ আর্য্যকুলাবতংস অনেকানেক ধর্ম্মতত্ত্বজ্ঞ ও শরীরতত্ত্বজ্ঞ ঋষিগণ, সমস্বরে কহিয়া গিয়াছেন যে, অষ্টম, নবম ও দশম বর্ষবয়স্কা বালিকারই বিবাহ সুপ্রশস্ত। দৃষ্টরজস্কা উদ্ভিন্ন-যৌবনা যুবতির বিবাহ পুনঃ পুনঃ মাথার দিব্য দিয়া নিষেধ করিয়া গিয়াছেন।

এই প্রকারে বালিকা-বিবাহ সম্যগ্রূপে যুক্তিযুক্ত, ধর্ম্মমূলক ও বিজ্ঞান প্রসূত কি না—ইহা চিন্তাশীল মনীষি-মহোদয়গণের বিচার্য্য।

বালিকা বিবাহে মতান্তর।

কেহ কেহ বালিকাবিবাহের অন্যরূপ কারণ নির্দ্দেশ করেন, তাহা এই—

পুষ্পবতী অবস্থায় যোষিদ্গণের মানসিক চাঞ্চল্য অতিশয় প্রবল হয়, তখন চাঞ্চল্য স্তম্ভিত করিয়া ধৈর্য্যাবলম্বন করিতে প্রায়ই তাহারা সমর্থ হয় না, সুতরাং সেই অবস্থায় উৎপথবর্ত্তিনী হইয়া পিতৃকুল কলুষিত করিতে পারে, অতএব রজঃ প্রবৃত্তির পূর্ব্বেই কন্যাকে পাত্রসাৎ করা উচিত। শাক্তানন্দ তরঙ্গিণী গ্রন্থের প্রথম তরঙ্গে জ্ঞান-ভাষ্যে ভগবান্ শঙ্কর এই মতের পোষণ করিয়াছেন। (*) যদিও বিবিধ অনিবার্য্য প্রতিবন্ধকহেতু ইচ্ছা সত্ত্বেও পুষ্পিতা কামিনী উৎপথবর্ত্তিনী না হইতে পারে, কিন্তু প্রবৃত্তির উত্তেজনায় অস্বাভাবিক উপায়ে নিজেরই আর্ত্তব জরায়ুতে নিহিত হইয়া, হংসের অসংযোগেও হংসীর অসার ডিম্বের মত, সর্প, বৃশ্চিক ও কুষ্মাণ্ডাকার প্রভৃতি বিকৃত প্রসব জন্মাইতে পারে, ইহা নিতান্ত জুগুপ্সার্হ। এইরূপ ঘটনা এখনও শ্রুতি গোচরে উপস্থিত হয়।

এই হেতু পুষ্পবতী হইবার পূর্ব্বেই অষ্টম নবম বর্ষে কন্যাকে পাত্রসাৎ করিবে। উক্তরূপে অপ্রাকৃতিক গর্ভের বিষয় শারীরতত্ত্ববিদ্

(*) "রজস্বালা চ যা নারী বিশুদ্ধা পঞ্চমে দিনে।
পীড়িতা কামবাণেন ততঃ পুরুষমীহতে॥"

ভগবান্ সুশ্রুতাচার্য্য, শারীরস্থানের দ্বিতীয় অধ্যায়ে, কারণ নির্দ্দেশ পূর্ব্বক উপদেশ দিয়া গিয়াছেন। *

অপর কেহ কেহ বালিকা বিবাহের এইরূপ যুক্তি নির্দ্দেশ করেন, তাহা এইঃ—

বালিকাবস্থায় বিবাহ হইলে, বধূকে শিক্ষাদ্বারা সুগঠিত করিয়া শ্বশুর-কুলের অবস্থানুরূপ-স্বভাবা করিয়া লইতে পারা যায়। তাহাতে চিরজীবন সুখে ও স্বচ্ছন্দে গৃহকৃত্য সুচারুরূপে নির্ব্বাহ করিয়া বধূমাতা গৃহলক্ষ্মী হইতে পারেন। অন্যথা, সেই বধূ যদি ধনিলোকের আদরিণী কন্যা হয়, আর দাস দাসী দ্বারা সেবিতা হইয়া থাকে, গার্হস্থ্য কর্ম্ম, দাস দাসীর কর্ম্ম বলিয়া মনে ধারণা করে, রন্ধন, পাচক ব্রাহ্মণের কার্য্য বলিয়া সংস্কার জন্মায়, কেবল কার্পেট বোনা, উপন্যাস পাঠ, গাত্রমার্জ্জন, কেশ-প্রসাধন, অঙ্গরাগ, অলঙ্কার ধারণ, দিনের মধ্যে দুই তিনবার পরিধেয় বস্ত্র ও কঞ্চুলিকা পরিবর্ত্তন ইত্যাদিই নিজের অবশ্য কর্ত্তব্য কর্ম্ম বলিয়া স্থির করে, তবে সেই বয়োধিকা যুবতি কন্যা বৌমা না হইয়া," জেঠাই মা" রূপে মধ্যবিত্ত আর্য্য-চরিত্রে গঠিত শ্বশুরের গৃহে আসিয়া সত্য সত্যই মৃন্ময়ী লক্ষ্মী প্রতিমার মত কেবল গৃহের শোভাই বৃদ্ধি করিবে। সেই বধূর দ্বারা

---

* যদা নার্য্যাবুপেয়াতাং বৃষস্যন্ত্যৌ কথঞ্চন।
মুঞ্চন্ত্যৌ শুক্রমন্যোহন্যমনস্থিস্তত্র জায়তে॥
ঋতুস্নাতা তু যা নারী স্বপ্নে মৈথুন মাচরেৎ।
আর্ত্তবং বায়ুরাদায় কুক্ষৌ গর্ভং করোতি হি॥
মাসি মাসি বিবর্দ্ধেত গর্ভিণ্যা গর্ভলক্ষণং।
কললং জায়তে তস্যা বর্জিতং পৈতৃকৈগু ণৈঃ॥
সর্প বৃশ্চিক-কুষ্মাণ্ড-বিকৃতাকৃতয়শ্চ যে।
"গর্ভাস্তে তে স্ত্রিয়াশ্চৈব জ্ঞেয়াঃ পাপকৃতা ভৃশং॥"

স্বামীর যে কিরূপ গার্হস্থ ধর্ম্মের আনুকূল্য হইবে, তাহা মনীষি-মাত্রেরই অনুমেয়, পরন্তু চিরজীবন দুঃখ ও অশান্তিতেই যাইবে, দাম্পত্যপ্রণয় ত সুদূর-পরাহত, এ জন্যই বালিকা বিবাহ যুক্তিযুক্ত।

বালিকা বিবাহে অনার্য্যজাতি

এখন অনেকে প্রশ্ন করিতে পারেন যে, যে সকল অনার্য্য জাতি রজস্বলা সম্বন্ধে এত বাদ বিচার করে না, তাহাদিগকেও ত স্বস্থ দীর্ঘজীবী দেখা যায়, কথা সত্য, কিন্তু ইহা বিবেচনা করিয়া দেখা উচিত যে, কাহার শরীর কি জাতীয় উপাদানে গঠিত, যাহাদের আহার রজোগুণ ও তমোগুণ বর্দ্ধক, যাহারা পিতৃপিতামহাদি অসংখ্য পুরুষ ক্রমে অমেধ্য লশুন পলাণ্ডু, কুক্কুট-মাংস ও গো-মাংসাদি আর্য্যবিগর্হিত বস্তু ভোজন করিয়া আসিতেছে, তাহাদের শরীরে রজঃ ও তমোগুণের উত্তেজক অপবিত্র সংসর্গ বরং হিতকরই হইবে, অহিতকর হইতে পারে না। পরন্তু রজস্তমোগুণ-প্রধান শরীরে সাত্ত্বিক সংসর্গ বা সাত্ত্বিক আহারই অপকারের কারণ হয়। যেমন হবিষ্যান্ন বা ফল মূলাদি অতি পবিত্র আহার, সাত্ত্বিক প্রকৃতি লোকের বল পুষ্টি বৃদ্ধি করে, কিন্তু একটা ব্যাঘ্রকে যদি এই হবিষ্যান্ন বা ফল মূলাদি নিয়মিত আহার করান যায়, তবে সেই নিত্য আমমাংসাশী ব্যাঘ্রের ব্যাঘ্রত্বই থাকিবে না, সে ক্রমশই দুর্ব্বল হইয়া পড়িবে, এই রূপে দুই তিন পুরুষ পরে ঐ ব্যাঘ্রের শিশু বিড়ালে পরিণত হইয়া বন্য মহিষ বা ভীষণ হরিণ বধে অসমর্থ হইয়া গৃহস্থের বাড়ীর উন্দুরটা ছুঁচাটাকে যাবৎ মারিতে পারিবে। কিন্তু সে যদি নিজের বংশানুরূপ কাঁচা বা পঁচামাংস খাইতে পায়, তবে যে ভয়ঙ্কর ব্যাঘ্র সে ভয়ঙ্কর ব্যাঘ্রই থাকিবে। আরও মনেকর, ঘৃত বস্তুটী পরম পবিত্র ও আয়ুর্ব্বর্দ্ধক, ইহা শ্রুতি সিদ্ধ বটে, কিন্তু ঐ ঘৃত যদি নিয়মিতরূপে একটি কুক্কুরে খায়, তবে ষন্মাসের মধ্যেই সেই কুক্কুরটি রোমস্খলিত ও অস্থিচর্ম্মাবশিষ্ট হইয়া মৃত্যুমুখে পতিত হয়। আর দূষিত পূতি দুর্গন্ধ মলমূত্রাদি ভোজনে হৃষ্ট,

পুষ্ট, ও বলিষ্ঠ হয়। কেন না কুক্কুরের শরীর পুরুষানুক্রমে ঐ জাতীয় উপাদানেই গঠিত। শুনা যায় মগজাতিরা ঘৃতস্পর্শ করিলে হস্ত প্রক্ষালন করে, আর গলিত মৎস্য মাংস অতি উপাদেয়রূপে ভক্ষণ করে; ইহা বিচিত্র নহে। অতএব অনার্য্য সম্বন্ধে উক্ত প্রশ্নই উত্থিত হইতে পারে না। অথবা, আর্য্য শাস্ত্র অনার্য্য ব্যবহারের জন্য দায়ী নহে। সম্ভবতঃ দেশ, কাল ও পাত্র অনুসারে রজস্বলার স্পর্শাদি সম্বন্ধে অনার্য্য শাস্ত্রেও কোন না কোন বিধান থাকিতে পারে, তাহা এস্থানে অনালোচ্য।

কন্যার সম্বন্ধ। ফল কথা—আর্য্য ঋষিরা মানবের হিতার্থে এত পুঙ্খানুপুঙ্খ বিচার করিয়া গিয়াছেন যে, তাহা অনার্য্যেরা শুনিলে বিস্ময়-বিমূঢ় হয়। আর্য্যশাস্ত্রে পতি-পত্নীর একাঙ্গীভূত সম্বন্ধ। পতির দেহার্দ্ধভাগিনী পত্নী, পত্নীর দেহার্দ্ধভাগী পতি, দুই দেহের একতা ভাব মন্ত্রশক্তিতে নিষ্পন্ন হয়। তাই বিবাহের মন্ত্রে কথিত আছে (*) "যে তোমার প্রাণ, সেই আমার প্রাণ, যে তোমার হৃদয়, সেই আমার হৃদয়" ইত্যাদি।

আর্য্য শাস্ত্রে কথিত আছে, বর নিজ গোত্রের নিজ প্রবরের ও মাতামহগোত্রের কন্যা (১) বিবাহ করিবে না, যদি করে, তবে সেই কন্যার গর্ভে উৎপন্ন পুত্র, চণ্ডালের ন্যায় নৃশংস দুষ্টপ্রকৃতি হইবে। কেন না, স্বগোত্রের ও স্বপ্রবরের রক্তসংস্রবে বিরুদ্ধ গুণসম্পন্ন পুত্র জন্মে ইহা বস্তুর স্বভাব, যেমন হরিদ্রা ও চূর্ণ মিলিত হইলে রক্তিমার

(*) "যদেতৎ হৃদয়ং তব তদস্তু হৃদয়ং মম, যদিদং হৃদয়ং মম তদস্তু হৃদয়ং তব"। ইত্যাদি।

(১) "সমান-গোত্র-প্রবরাং সমুদ্বাহ্যোপগম্য চ।
তস্যামুৎপাদ্য চাণ্ডালং ব্রাহ্মণ্যাদেব হীয়তে॥ (আপস্তম্ব)
অসবর্ণা চ যা মাতুরসগোত্রা চ যা পিতুঃ।
সা প্রশস্তা দ্বিজাতীনাং দারকর্ম্মণি মৈথুনে"॥ (মনু—শতাতপ)

উৎপত্তি হওয়া বস্তুর স্বভাব, ইহাও তদ্রূপ। এবং বিবাহ কর্ত্তা ও ব্রাহ্মণগণ সত্ত্বগুণ হারাইয়া পশু-প্রকৃতি হইবে।

এমন কি? বিবাহ সম্বন্ধে নিজ অপেক্ষায় পিতৃপক্ষে সপ্তম, ও মাতৃপক্ষে পঞ্চম, পিতৃ বন্ধু—পিতার পিসতুত ভাই, মাসতুত ভাই, মাতুল ভাই। মাতৃ বন্ধু—মাতার মাসতুত ভাই, পিসতুত ভাই, ও মাতুল ভাই। এবং আত্মবন্ধু—নিজের পিসতুত ভাই, মাসতুত ভাই, মাতুল ভাই প্রভৃতি পুরুষ বর্জনীয়, উহাদের কন্যা বিবাহ করা অতি নিষিদ্ধ *। পৈঠীনসী ঋষি অন্যপক্ষে ত্রিগোত্র ব্যবহিতা কন্যার পাণিগ্রহণের ব্যবস্থা দিয়াছেন। এ জন্যই সমাজে এখনও বিবাহে "সম্বন্ধ" শব্দের প্রয়োগ অক্ষুণ্ণ রহিয়াছে। সম্বন্ধ—অর্থে সংসর্গ, যথা—"এই কন্যার সহিত ঐ বরের "সম্বন্ধ" হইতে পারে, অথবা পারে না" ইত্যাদি।

মনু বলেন—

> "মহান্ত্যপি সমৃদ্ধানি, গোহজাবি-ধন-ধান্যতঃ।
> স্ত্রীসম্বন্ধে দশৈতানি কুলানি পরিবর্জ্জয়েৎ॥
> হীনক্রিয়ং নিষ্পুরুষং নিশ্ছন্দো রোমশোঽর্শসং।
> ক্ষয্যাময়াব্যপস্মারি-শ্বিত্রিকুষ্ঠি কুলানিচ॥" (৩।৬—৭)

অর্থ—গো, ছাগ, মেষ, ও ধন ধান্য দ্বারা অতি সমৃদ্ধ ও মহাকুল সম্ভূত হইলেও স্ত্রী সম্বন্ধে ভবিষ্যৎ শ্লোকোক্ত এই দশটা কুল উপেক্ষা করিবে। যথা—যে কুলে কুলোচিতক্রিয়া ভ্রষ্ট হইয়াছে, যে কুলে কেবল কন্যাই জন্মে, পুরুষ জন্মে না, যে কুলে বেদাদি পঠন পাঠন নাই,

---

* "সপ্তমীং পিতৃপক্ষাচ্চ মাতৃপক্ষাচ্চ পঞ্চমীং।
উদবহেত দ্বিজো ভার্য্যাং ন্যায়েন বিধিনা নৃপ॥
পিতুঃ পিতুঃ স্বসুঃ পুত্রাঃ পিতুর্মাতুঃ স্বসুঃ সুতাঃ।
পিতুর্মাতুলপুত্রাশ্চ বিজ্ঞেয়াঃ পিতৃবান্ধবাঃ॥
মাতুর্মাতুঃ স্বসুঃ পুত্রাঃ মাতুঃ পিতুঃ স্বসুঃ সুতাঃ।

যে কুলে দেহে বহু রোমযুক্ত পুরুষ, অর্শ, রাজযক্ষ্মা, অপস্মার (হিষ্টিরিয়া) শ্বিত্র, এবং কুষ্ঠরোগে আক্রান্ত, এই দশ কুলের কন্যা বিবাহ কখনই করিবে না (৩।৬—৭) কেন না ঐ কুলের কন্যার পুত্রাদিতে সংক্রামক দোষে উক্ত সমস্ত দোষই ঘটিবার সম্ভাবনা ॥

এত সূক্ষ্ম বিচার কিন্তু দ্বিজাতির পক্ষেই নির্দ্দিষ্ট। তমঃ প্রকৃতি শূদ্রবর্ণের পক্ষে নহে। শূদ্র, সমানগোত্রের কন্যাও বিবাহ করিতে পারিবে, তাহাতে তাহাদের অনিষ্ট হইবে না। কিন্তু ইহাদেরও পিতৃ-পক্ষের সপ্তম ও মাতৃপক্ষের পঞ্চম পুরুষ ও উপরোক্ত বন্ধু কন্যা বর্জ্জনীয়।

ত্রিকালজ্ঞ ঋষিগণ সংসর্গ-শক্তির ও সংক্রামক দোষের বিশেষ অনিষ্ট-কারিতা বুঝিয়াই বালিকা বিবাহের জন্য নির্ব্বিবাদে একতাবলম্বী হইয়া ছিলেন, সুতরাং আমাদেরও তাহাই মানিয়া চলা উচিত, অন্যথা ইহার পরিণামে বিষময় ফল আমাদিগকেই ভোগ করিতে হইবে।

এজন্য প্রাচীনেরা কথায় বলেন—কাঁচামাটী কচিবৌ সাঁচা লক্ষ্মীমণি, আনিলে জ্যেঠাই বৌ ঘটে ঠনাঠনি ॥

মাতুর্মাতুলপুত্রাশ্চ বিজ্ঞেয়া মাতৃবান্ধবা।
আত্মতাত স্বসুঃ পুত্রঃ আত্মমাতুঃ স্বসুঃ সুতাঃ।
আত্মমাতুলপুত্রাশ্চ বিজ্ঞেয়া আত্মবান্ধবাঃ ॥" (উদ্বাহতত্ত্বে নারদ)

পঞ্চমোপদেশ।

নারীগণের স্বাস্থ্যবিধান।

আর্য্যশাস্ত্রে স্ত্রীগণকে স্ত্রী, যোষিত্, অবলা, যোষা, ইত্যাদি অনেক আখ্যায় উল্লিখিত করিয়াছেন। তন্মধ্যে "বিলাসিনী" "অবলা" "প্রতীপদর্শিনী" "বামা" "ভীরু" "বামলোচনা," "মুগ্ধা" এবং "প্রগল্ভা" এই কএকটী স্ত্রীপর্য্যায়শব্দের অর্থ পর্য্যালোচনা করিয়া মূর্ত্তিমতী প্রকৃতিদেবীর লীলাবৈচিত্র্য দেখাইতে এবং তাহাদের স্বাস্থ্যোপদেশের চেষ্টা করা যাইবে।

পুরুষের পর্য্যায় স্থলে দেখাযায় কেবল "মনুষ্য" "মানুষ" "মর্ত্ত্য" "পুরুষ" "মানব" নৃ, এবং "নর" এই অল্প সংখ্যক কএকটী নামই উল্লিত হইয়াছে, বিলাসী, সবল, প্রতীপদর্শী, ইত্যাদি পুরুষের নামের অন্তর্গত নহে, উক্ত কএকটী শব্দ পুরুষের সম্বন্ধে প্রয়োগ করিতে হইলে বিশেষণ রূপে ব্যবহার করিতে হয়।

স্ত্রীবাচকের যোগার্থ। * কিন্তু স্ত্রীদিগের সম্বন্ধে ঐ কএকটী শব্দ বিশেষ্য রূপেই ব্যবহার করা হয়, অর্থাৎ বিলাসিনী, অবলা বা প্রতীপদর্শীনী ইত্যাদি বলিলেই স্ত্রীদিগকে বুঝাইয়া থাকে, ইহার কারণ এই মাত্র অননুতি হয় যে, প্রাকৃতিক নিয়মে প্রায়ই বিলাসিতা অর্থাৎ হাবভাবাদি, অথবা অলঙ্কার বা বেশ বিন্যাস প্রিয়তাদি স্ত্রীলোক দিগের স্বভাব সিদ্ধ, অধিক বয়সেও তাহা শিথিল হয় না, এজন্যই স্ত্রীদিগের নামই "বিলাসিনী" হইয়াছে।

"অবলা" যাহাদের বল নাই, প্রায়ই দেখা যায় স্বভাবতঃই স্ত্রীলোকেরা পুরুষ অপেক্ষায় দৈহিক বা মানসিক বল হীনা, এজন্যই তাহাদের নাম অবলা,।

---

* এজন্য লেখক নিরপরাধ।

"প্রতীপদর্শিনী" প্রতীপ—অর্থ প্রতিকুল—বিপরীত—উল্টা, অর্থাৎ স্বভাবতঃই শাস্ত্র বিষয়ে বা ব্যবহার কার্য্যে দৃষ্টি মনের গতি বা বুদ্ধি, যাহাদের বিপরীত ভাবেই চলে, অপরে যাহা "না" বলিবে, স্ত্রীলোকেরা তাহা "হাঁ" বলিবে, আর অপরে যে বিষয় "হাঁ" বলিবে, প্রায় স্ত্রীলোকই প্রায়ই সে স্থানে "না" বলিবে, এজন্যই স্ত্রীলোকদিগের নাম "প্রতীপ দর্শিনী" হইয়াছে। উল্টা বুঝে বলিয়াই বোধ হয় ঋষিগণ নারীগণের শাস্ত্রাধ্যয়নে অধিকার দেন নাই। মনু বলেন—

নারীর শাস্ত্রে অনধিকার। " নাস্তি স্ত্রীণাং ক্রিয়া মন্ত্রৈরিতি ধর্ম্মে ব্যবস্থিতিঃ।
নিরিন্দ্রিয়া হ্যমন্ত্রাশ্চ স্ত্রিয়োঽনৃতমিতি স্মৃতিঃ॥" (৯। ১৮)

অর্থ—বেদোক্ত বিধি অনুসারে স্ত্রীজাতির জাত কর্ম্মাদি ক্রিয়া মন্ত্র দ্বারা নিষ্পন্ন হয় না, ইহাই নারী ধর্ম্মের ব্যবস্থা, কেননা ইহাদের ধর্ম্ম প্রমাণ শ্রুতি ও স্মৃতিশাস্ত্র অধ্যয়নে অধিকার নাই, এজন্যই মন্ত্রোচ্চারণেও অধিকার নাই, এবং ইহারা মিথ্যাবাক্যের ন্যায় ধর্ম্মকার্য্যে অপ্রমাণ।

আমাদের বোধহয়—উক্ত মনুবচনের "নিরিন্দ্রিয়" এই শব্দের (কুল্লুক ভট্টোক্ত) প্রমাণ অর্থ না করিয়া ইন্দ্রিয়—অর্থাৎ জিহ্বেন্দ্রিয় অর্থ—করিলেই সুসঙ্গত হয়, যে হেতু স্ত্রীগণের (উদাত্ত অনুদাত্ত সমাহার ইত্যাদি স্বরে উচ্চারণ দূরের কথা) সংস্কৃত শব্দ উচ্চারণেরই প্রায় শক্তি কম দেখা যায়, প্রাচীনাদের মধ্যে যাঁহারা সতী লক্ষ্মী বা সীতার মত মুগ্ধা, তাহারা অনেকেই জিহ্বায় জড়াইয়া জড়াইয়া ঐ একরকম "ধর্ম্ম" বলিতে "ধম্ম" ও " কর্ম্ম " বলিতে " কম্ম " বলিতেন, লৌকিক কথায় ও " ম্যুনিসিপাল " বলিতে মুন্সিপাল, এগ্রীমেণ্ট্ " বলিতে গিরিমণ্ডল, " ষ্টাম্প " বলিতে ইষ্টাম্বর বলেন। এজন্যই স্ত্রীদিগকে মনু " নিরিন্দ্রিয় " বলিয়াছেন, অর্থাৎ সংস্কৃত উচ্চারণের উপযোগী প্রশস্ত জিহ্বেন্দ্রিয় তাহাদের নাই, তাহারা কঠিন—বক্র কথা উচ্চারণ করিতে পারেনা, বক্র কথাকেও সোজা

করিয়া করিয়া তাহারা বলেন। মেধাতিথি কিন্তু নিরিন্দ্রিয় শব্দেব অর্থ অসামর্থ্যই করিয়াছেন॥

এই হেতুতেই বোধহয় প্রাচীন কালে সরল প্রাকৃতিক "যোষিদ্ভাষার" সৃষ্টি হইয়াছিল, যোষিদ্ভাষায় "ভ্রমর"—স্থানে ভমর, "আর্য্যপুত্র"—স্থানে অজ্জউত্ত, এবং ধম্ম কম্ম ইত্যাদি প্রয়োগ দেখা যায়।

বেদব্যাসও মনুরই মত অনুমোদন করেন—যথা—

নিরিন্দ্রিয়াহ্য শাস্ত্রাশ্চ স্ত্রিয়োঽনৃত মিতি শ্রুতিঃ।
শয্যাসনমলঙ্কার মন্নপানমনার্য্যতাং।
দুর্ব্বাগ্‌ভাবং রতিঞ্চৈব দদৌ স্ত্রীভ্যঃ প্রজাপতিঃ॥

(মহাভা, অনু, ৪০. ১২)

অর্থ—স্ত্রীজনেরা বিশুদ্ধ বাগিন্দ্রিয় রহিত, এজন্যই ইহাদের শাস্ত্রাধিকার নাই, এজন্য ইহাদের শাস্ত্রাদি পাঠে বা লেখা পড়ায় যত্ন বৃথা, সৃষ্টিকর্ত্তা ব্রহ্মা স্ত্রীগণকে কেবল শু'য়ে ব'সে থাকা, ভূষা বিলাসিতা অন্নপাক, পানীয় সাধন, কপটতা, মর্ম্ম বিদারক বাক্য, এবং প্রীতি, ইহাই দিয়াছিলেন—। লেখা পড়ার অধিকার দেন নাই। কিন্তু তথাপি যদি বিধির অনভিপ্রায়েও যোষিদ্‌গণ লেখা পড়া শিক্ষা করিয়া অনধিকার শাস্ত্র চর্চ্চা করে, তবে তাহার ফল ভাল হইবে না, মনে করুন— কোনও প্রতীপদর্শিনী খবরের কাগজে পড়িলেন যে, "একজন সাহেব বলিয়াছেন হিন্দুদের ভগবদ্‌গীতা কেতাব্ খানা ভাল, আধ্যাত্মিক ভাব পূর্ণ" ইহা দেখিয়া তখনই গীতার বঙ্গানুবাদ পড়িলেন, গীতার প্রথম অংশ একটুকু পড়িয়াই নিজের প্রতীপদর্শিনীত্ব প্রযুক্ত তিনি সার টুকু বুঝিয়া লইলেন, কি না? যে, "আত্মার জন্ম মরণ নাই, কেহই মরে না, "অচ্ছেদ্যোঽয়মদাহ্যোঽয়ম্" আত্মা অচ্ছেদ্য অদাহ্য অক্লেদ্য অশোষ্য, তবে যে লোকে বলে, সে কেবল "বাসাংসি জীর্ণানী যথা বিহায়" আত্মা পুরাণ কাপড় বদ্‌লানর মত জীর্ণ দেহ ছাড়িয়া নূতন দেহ ধারণ

করে মাত্র, ফলতঃ কেহ মরে না,"

লোকে কথায় বলে—

" অরাঁধুনীর হাতে প'ড়ে রুইমাছ কাঁদে,
না জানি রাঁধুনী আমায় কেমন ক'রে রাঁধে "

গীতারও সে দশা হয়। গীতার আধ্যাত্মিক সার অর্থ বুঝিয়া মা লক্ষ্মী এখনকার শিক্ষিত যুবকদের মত এক টুকু পানের থেকে চুন খসিলেই নিজে আফিং খাইয়া মরিতে বা অপরকে মারিতে অণুমাত্র ও ইতস্ততঃ করেন না, কেননা, তিনি সার বুঝিয়াছেন যে "কেহ ত মরে না"।

স্ত্রীলোকদের শাস্ত্রাধিকার ঋষিগণ না দেওয়াতেই কত কেলেঙ্কারি, না জানি দিলে আরও কত কত নারী অকালে আত্মহত্যার পথ প্রশস্ত করিতেন। সুতরাং বুঝিতে হইবে যে যখন শাস্ত্রেই তাহাদের অনধিকার, তখন সামান্য লেখা পড়া শিক্ষা করাও উচিত নহে।

নীতিশাস্ত্রে আছ "অল্পবিদ্যা ভয়ঙ্করী" কথাটা বর্ণে বর্ণে সত্য। স্ত্রীগণ নীতিশিক্ষা না করিয়া কেবল সামান্য একটু লেখাপড়া শিক্ষা করিয়া পোষ্টাপিসের আয় বৃদ্ধি, জ্যেঠামী বৃদ্ধি, জঘন্য নাটক পড়িয়া অস্বাস্থ্যের মূল হৃদয়কে দূষিত করা, এতদ্ভিন্ন আর বিশেষ কিছু শুভ ফল হয় বলিয়া বোধ হয় না।

"বামা" অর্থ—প্রতিকূল আচরণে যাহাদের স্বভাব, প্রায়ই স্ত্রীলোকেরা অভিভাবকের মতের বিপরীত মতই সমর্থন করে, সেজন্য তাহারা বামা।

"ভীরু" অর্থাৎ যাহাদের ভয় স্বভাব সিদ্ধ, স্ত্রীজনেরা প্রায়ই রাত্রে অন্ধকারে অরণ্যে ভয়ার্ত্তা হইয়া থাকে, সে জন্যই তাহাদের নাম ভীরু।

"বামালোচনা"—যাহাদের বিপরীত দৃষ্টি, সকল বিষয় উল্টা দেখে।

"মুগ্ধা"—অর্থ—মূঢ়া,—অজ্ঞান, কঠিন বা সূক্ষ্ম শাস্ত্রীয় বিষয়, আত্মা অনাত্মাদি, বা লৌকিক মামলা মোকদ্দামাদি বুঝিতে যাহারা প্রায় অসমর্থা,

মুগ্ধার ভাল কথা—আর্য্যা সরলা, অর্থাৎ—চলিতকথায় যাহাকে আজল—সোজা—বোকা, ঠাণ্ডা, ভালাভোলা, হাবা, অথবা ন্যাকা—বোকা, সতীলক্ষ্মী বলে, যেমন "মুক্তাফল" বলিলে যাহারা গাছের ফল বুঝে, "ম্যানিসিপাল" বলিলে মুন্সিপাল নামে কোনও মানুষবুঝে, এইরূপ মুগ্ধা মা লক্ষ্মী ও জনকনন্দিনী সীতা ইত্যাদি ছিলেন। এবং সেকালের অশিক্ষিতাদের মধ্যে প্রায়ই অনেকেই মুগ্ধা ছিলেন।

"প্রগল্‌ভা" অর্থাৎ—ধৃষ্টা আত্মাভিমানিনী নির্লজ্জা উগ্রা তেজস্বিনী. কেহকে গ্রাহ্য করে না মানেনা, দম্ভে আত্মহারা হইয়া সর্ব্বদা থাকে, চলিত কথায় যাহাদিগকে ধড়িবাজ—মুখরা পুরুষের বাবা, বলে, যাহারা প্রকৃতির বিরুদ্ধ লেখাপড়া চর্চ্চা করে, স্বদেশীর বা সমাজের সমালোচনা করে, তাহারাই "প্রগল্‌ভা" বলিয়া খ্যাত হয়, তাহারা স্ত্রী হইয়াও পুংভাবাপন্না হয়, স্বভাবসিদ্ধ কোমলতা হারাইয়া যায়। এইরূপ প্রগল্‌ভা মা সরস্বতী ছিলেন। নির্লজ্জা মা স্বরস্বতী ব্রহ্মার সভায় একদিন মহর্ষি বৃদ্ধ-দুর্ব্বাসাকেও উপহাস করিয়া ছিলেন। অপর প্রগল্‌ভা দ্বিতীয় সরস্বতী (মণ্ডন মিশ্রের স্ত্রী) বা খনা ছিলেন। এই সরস্বতী বিচারে শঙ্করাচার্য্যকে জব্দ করিয়াছিলেন, আর খনা "কিকর শ্বশুর মতিহীন, পলকে জীবন বারো-দিন" বলিয়া শ্বশুর বরাহ মিহিরের পদেপদে ঘাড়্ মট্‌কাইতেন, কিন্তু ইহারাও গৃহকার্য্যে সদা ব্যাপৃতা থাকিতেন।

নারীর সহজাত দোষ।

মহর্ষি মনু—বলিয়াছেন—

"শয্যাসনমলঙ্কারং কামং ক্রোধমনার্জ্জবং।
দ্রোহভাবং কুচর্য্যাঞ্চ স্ত্রীভ্যো মনুরকল্পয়ৎ॥ (৯।১৭)

অর্থ—(মেধাতিথি ও কুল্লূক ভট্টের মতে) নিদ্রাধিক্য, বসিয়া থাকা—আলস্য, অলঙ্কার প্রিয়তা, কামপ্রবৃত্তি, বিদ্বেষভাব, কপটতা, ভর্ত্তাও

পিত্রাদি অভিভাবকের প্রতি হিংসা, এবং কুচর্য্যা অসৎ সংসর্গ, ইহা স্ত্রীদিগের স্বভাব সিদ্ধ। *

এখন দেখা যায়, নিদ্রা আলস্য দোষ প্রভৃতি যাহা অস্বাস্থ্য ও অল্পায়ুর কারণ, তাহা লইয়াই স্ত্রীজনেরা জন্মগ্রহণ করিয়াছে, !! অথ চ এই জগতে স্ত্রীলোকই সৃষ্টিকার্য্যের প্রকৃতিদেবী, ইহারাই প্রজাসৃষ্টির প্রধান হেতু। হিন্দুর পূজ্য গ্রন্থ ৺ চণ্ডীতে—বলিয়াছেন—

"বিদ্যাঃ সমস্তাস্তব দেবি ভেদাঃ স্ত্রিয়ঃ সমস্তাঃ সকলা জগৎসু"।

অর্থ—হে দেবি এই জগতে যত প্রকার বিদ্যা এবং শিল্পাদিগুণবতী যত স্ত্রী, তৎসমুদয়ই তোমার মূর্ত্তি।

স্ত্রীলোকেরা জগদম্বা মহাশক্তিরই প্রতিকৃতি, গার্হস্থধর্ম্মের একমাত্র আশ্রয়স্থলী, পুরুষের অর্দ্ধাঙ্গ, স্ত্রী ব্যতীত পুরুষ একাঙ্গহীন, অকর্ম্মণ্য, দৈবকার্য্যে পৈত্রকার্য্যে যাগ যজ্ঞে তীর্থ ধর্ম্মে অনধিকারী, গৃহিণী গৃহস্থের গৃহকৃত্য সুসম্পন্ন করে, আর পুরুষ তাহার সহায়তায় ধর্ম্ম অর্থ কাম ও মোক্ষ এই চতুর্ব্বর্গ উপার্জ্জন করিয়া উভয়েই ফলভোগ করে, যেমন দক্ষিণাঙ্গের মার্জ্জনাদি সংস্কার বাম হস্ত ভিন্ন দক্ষিণাঙ্গের সাধ্যায়ত্ত নহে, এবং বামাঙ্গের সংস্কারও দক্ষিণাঙ্গের সহায়তা ভিন্ন বামাঙ্গের সাধ্যায়ত্ত নহে, কিন্তু পরস্পর পরস্পরের সহায়তায় বাম ও দক্ষিণাঙ্গ হৃষ্ট পুষ্ট হইয়া থাকে, সেইরূপ অবিকল স্ত্রী ও পুরুষ বাম দক্ষিণাঙ্গের মত পরস্পরের সহায়তায় পরস্পর সংস্কারাপন্ন হয়, অথচ তাহারা অস্বাস্থ্যের মূল আলস্যাদি দোষে দূষিতা। এ সম্বন্ধে সদুপায় কি?

---

* ইহার বিশেষ ব্যাখ্যা, মনু ৯। ১২ শ্লোক হইতে দ্রষ্টব্য।

!! দ্বিতীয় উপদেশে প্রজ্ঞাপরাধে দ্রষ্টব্য। (৩২ পৃষ্ঠা)।

নারীর-উৎকর্ষ।

অনেকে বলিয়া থাকেন যে, হিন্দুশাস্ত্রে স্ত্রীলোক দিগকে নিতান্ত গর্হিত অসম্মানিত ভাবে বর্ণনা করিয়াছে, বাস্তবিক তাঁহারা কিছুই জানেন না, না জানিয়া না শুনিয়া কেবল কুশিক্ষার প্রভাবে ঐরূপ বলিয়া থাকেন—কিন্তু আমরা দেখিতে পাই হিন্দুশাস্ত্রে নারীদিগকে স্বর্গীয় দেবীর আসনে স্থাপন করিয়াছে। স্ত্রীর উৎকর্ষ সম্বন্ধে মনু বলেন—যথা—

"পিতৃভি র্ভ্রাতৃভিশ্চৈতাঃ পতিভির্দ্দেবরৈস্তথা।
পূজ্যা ভূষয়িতব্যাশ্চ বহুকল্যাণমীপ্সুভিঃ॥
যত্র নার্য্যাস্তু পূজ্যন্তে রমন্তে তত্র দেবতাঃ।
যত্রৈতাস্তু ন পূজ্যন্তে সর্ব্বাস্তত্রাফলাঃ ক্রিয়াঃ" ॥ (৩। ৫৫—৫৬)

অর্থ—পিত্রাদি গুরুজন জ্যেষ্ঠ কনিষ্ঠাদি ভ্রাতৃগণ পতি অথবা দেবরগণ যদি প্রচুর কল্যাণ ইচ্ছা করে, তবে নারীগণকে সমধিক সম্মান করিবে, এবং বস্ত্রালঙ্কার দ্বারা ভূষিত করিবে। 'যে কুলে নারীগণ যথোপযুক্ত সমাদর প্রাপ্ত হয়, সেই কুলের প্রতি দেবতারাও প্রসন্ন থাকেন, আর যে কুলে রমণীগণ অবজ্ঞাতা হইয়া থাকেন, সেই কুলের ~~সমস্ত~~ ক্রিয়া কলাপই নিস্ফল হয়॥ (মনু। ৩। ৫৫—৫৬)

উপর্য্যুক্ত ঋষি-বাক্য দ্বারা ইহাই প্রতিপন্ন হইল যে, গৃহস্থের ধর্ম্ম, অর্থ, কাম, মোক্ষ, সুখ, শান্তি সমস্তই স্ত্রীর অধীন, যে গৃহে স্ত্রী নাই, সেই গৃহ শ্রীহীন, সেই গৃহ শূন্য, অলক্ষ্মীর আবাসস্থান, কিন্তু, সেই আমাদের কুল-লক্ষ্মী রমণী গণের স্বাভাবিক অস্বাস্থ্যের নিদান আলস্যাদি এবং চলচ্চিত্ততাও নিষ্ঠুরতা * এমন কি ? তুচ্ছ কারণেও আত্মহত্যায় মন করা ইত্যাদি দোষে তাহারা প্রায়ই অস্বস্থা হইবে, তাহা হইলে আর কখনও গৃহস্থের সুখ স্বচ্ছন্দের সম্ভাবনা থাকে না, সেজন্য রমণীগণের স্বাস্থ্য ও দীর্ঘ জীবনের

---

* "পৌংশ্চল্যাচ্চলচিত্তাচ্চ নৈঃস্নেহাচ্চ স্বভাবতঃ।
রক্ষিতা যত্নতোঽপীহ ভর্ত্তৃষ্বেতা বিকুর্ব্বতে॥" (মনু। ৯। ১৫)।

জন্য আর্য্য ত্রিকালজ্ঞ ঋষিগণ সহজ উপায় "স্ত্রী ধর্ম্ম"ও "স্ত্রী আচার" পৃথক্‌রূপে নির্দ্দেশ করিয়া গিয়াছেন।

এই সংসারে স্ত্রীলোকেরা সর্ব্বকল্যাণের আকর, সর্ব্বতোভাবে সম্মানার্হ, গৃহের অপূর্ব্ব শোভা, অতএব গৃহস্থ সম্বন্ধে স্ত্রী ও শ্রীর কিছুই প্রভেদ নাই, অপত্যোৎপাদন, অপত্যের প্রতিপালন এবং প্রাত্যহিক অতিথি অভ্যাগত প্রভৃতির ভোজনাদি লৌকিক ব্যবহার কার্য্য নিষ্পত্তির মুখ্যতম কারণ, ধর্ম্ম, কর্ম্ম, পতিশুশ্রূষা অপূর্ব্বপ্রীতি নিজের ইহলোক পরলোক এবং পিতৃলোকের স্বর্গবাস একমাত্র স্ত্রীর করায়ত্ত। * (মনু ৯। ২৬—২৮)

স্ত্রীর উৎকর্ষ সম্বন্ধে ব্যাস বলেন—(২। ১৩—১৪)

ব্রহ্মা সৃষ্টির প্রারম্ভে একটা দেহকে মধ্যে উৎপাটিত (!!) করিয়া একার্দ্ধে পুরুষ, এবং অপরার্দ্ধে স্ত্রী সৃষ্টি করিয়া ছিলেন, ইহা শ্রুতিতে আছে। যাবৎ পুরুষে দারপরিগ্রহ না করে, তাবৎ সে অর্দ্ধাঙ্গই থাকে, দার পরিগ্রহ করিলে পূর্ণাঙ্গ একটা পরিপূর্ণ মনুষ্য হয়, ইহাও শ্রুতিরই কথা॥ গৃহস্থের স্ত্রীই গৃহ, ধন জন ও দ্রব্য সামগ্রীতে গৃহ পরিপূর্ণ থাকিলেও একমাত্র

* "প্রজনার্থং মহাভাগাঃ পূজার্হা গৃহদেবতাঃ।
স্ত্রিয়ঃ শ্রিয়শ্চ গেহেষু ন বিশেষোঽস্তি কশ্চন॥"
"অপত্যং ধর্ম্মকার্য্যাণি শুশ্রূষা রতিরুত্তমা।
দারাধীনা স্তথা স্বর্গঃ পিতৃণামাত্মনশ্চ হ॥" (মনু। ৯। ২৬-২৮)।

(!!) "পাটিতোঽয়ং দ্বিজাঃ পূর্ব্বমেকদেহঃ স্বয়ম্ভুবা।
পতয়োঽর্দ্ধেন চার্দ্ধেন পত্ন্যোঽভূবন্নিতি শ্রুতিঃ॥
যাবন্ন বিন্দতে জায়াং তাবদর্দ্ধো ভবেৎ পুমান্।
নার্দ্ধং প্রজায়তে সর্ব্বং প্রজায়েতেত্যপি শ্রুতিঃ॥" (ব্যাস। ২। ১৩—১৪)।

গৃহিণী না থাকিলেই গৃহশূন্য বলে, ইত্যাদির জাজ্জ্বল্যমান দৃষ্টান্ত হরগৌরী।(১)

মহর্ষি দক্ষ বলেন—

গৃহস্থধর্ম্মে পত্নীই মূল, ধর্ম্ম, অর্থ, কাম এই ত্রিবর্গ সিদ্ধি স্ত্রীরই অধীন, বশবর্ত্তিনী প্রিয়বাদিনী নিজের চরিত্রগুণে আত্মরক্ষিতা পতিভক্তা স্ত্রী সাক্ষাৎ দেবী, সে মানুষী নহে। অধিক কি সেই স্ত্রী সাক্ষাৎ লক্ষ্মী, ইহাতে অণুমাত্র সংশয় নাই। (৪। ১—১২)।

মহর্ষি বৃদ্ধ পরাশর বলেন— (৪। ৪৫—৪৬)

স্ত্রী যদি সন্তুষ্টা থাকেন তবে পুরুষের আয়ু ধন ও সুযশ বৃদ্ধি হয়, পুত্রের উন্নতি হয়, আর অসন্তুষ্টা হইলে তাহাদের শাপে উক্ত সমস্তই বিনষ্ট হয়, ইহা নিশ্চয়—

সন্তুষ্টা স্ত্রীই সাক্ষাৎশ্রী, আর অসন্তুষ্টা হইলেই দুষ্টদেবতা হন সন্তুষ্টা থাকিলে কুল উন্নত করেন, আর অসন্তুষ্টা হইলে কুল বিনাশ করেন।

(১) "ন গৃহং গৃহমিত্যাহুর্গৃহিণী গৃহমুচ্যতে॥"
তয়াহি সহিতঃ সর্ব্বান্ পুরুষার্থান্ সমশ্নুতে॥" (উদ্বাহতত্ত্ব)
"পত্নী মূলং গৃহং পুংসাং যদি ছন্দোঽনুবর্ত্তিনী।"
তয়া ধর্ম্মার্থ কামানাং ত্রিবর্গফলমশ্নুতে॥
"এভিরেব গুণৈর্যুক্তা শ্রীরেব স্ত্রী ন সংশয়ঃ॥" (দক্ষ। ৪—১২)।
"আয়ুর্বিত্তং যশঃ পুত্রাঃ স্ত্রীপ্রীত্যা স্যূর্নৃণাং সদা।
নশ্যন্তে তে তদপ্রীতৌ তাসাং শাপান্ন সংশয়ং॥
"স্ত্রীয়ঃ তুষ্টাঃ শ্রিয়ঃ সাক্ষাদ্রুষ্টাশ্চন্দ দুষ্টদেবতাঃ।
বর্দ্ধয়ন্তি কুলং তুষ্টা নাশয়ন্ত্যপমানিতাঃ॥
নাবমান্যাঃ স্ত্রিয়ঃ সদ্ভিঃ পতিশ্বশুরদেবরৈঃ।
ভ্রাত্রা পিত্রা চ মাত্রা চ তথা বন্ধুভিরেব চ॥" (বৃদ্ধপরাশর ৪। ৪৫—৪৬)

অতএব পতি শশুর দেবর পিতা মাতা ভ্রাতা ইত্যাদি বন্ধুবর্গেরা কদাপি স্ত্রীদিগের অবমাননা করিবে না।

ফলতঃ পুরুষের শারীরিক উপাদান এবং যন্ত্র, ও স্ত্রীর শারীরিক উপাদান এবং যন্ত্র ভিন্ন জাতীয়, ভিন্ন ভাবে গঠিত, পুরুষের মৃতদেহ জলে অধোমুখে মস্তকটা ডুবিয়া ভাসে, আর স্ত্রীলোকের মৃতদেহ অধোদেহ জলে মগ্ন থাকিয়া উদ্ধমুখে ভাসে, এই সামান্য বিষয় হইতেই স্পষ্ট বুঝা যায় যে, স্ত্রী পুরুষের শারীরিক যন্ত্র ও গঠন অত্যন্ত পৃথক্। সুতরাং স্ত্রী দিগের স্বাস্থ্যমূলক বিশেষ ধর্ম্ম ও আচারও পৃথক্ই হওয়া উচিত, যাহাতে ধর্ম্ম শক্তি ও আচার শক্তির প্রভাবে তাহাদের সহজাত আলস্যাদি অস্বাস্থ্যকর দোষ গুলিও স্তম্ভিত, নিস্তেজ বা ভ্রষ্টবীজের ন্যায় অকর্ম্মণ্য হইয়া যায়, এবং তাহারা সুস্থ শরীরে দীর্ঘজীবিনী হইতে পারেন, তদনুরূপ উপদেশ দিয়াছেন।

নারীর সহজাত-দোষের অপসার। ধর্ম্ম ও আচার।

পূর্ব্বোক্ত ঋশি বাক্যের পর্য্যালোচনায় প্রতিপন্ন হইল যে, নারীগণের স্বভাব সিদ্ধ কতগুলী অস্বাস্থ্যকর দোষ আছে, এবং অসংখ্য স্বর্গীয় গুণও আছে। এখন উক্ত দোষাপসারণের জন্য।—

মনু উপদেশ দিয়াছেন, *

স্থানান্তরের ত কথাই নাই, আপন গৃহেও নারীগণ কোন কার্য্যই নিজের ইচ্ছানুসারে করিবে না, বালিকা অবস্থায় পিতার, যৌবনে ভর্ত্তার, ভর্ত্তারঅভাবে পুত্রাদির অধীন থাকিয়া অবলারা অনুরূপ অন্তঃকরণের নির্ম্মলতা কোমলতা উপার্জ্জন করিবে। পিতা ভর্ত্তা বা পুত্রাদিকে ছাড়িয়া

* "বালয়া বা যুবত্যা বা বৃদ্ধয়া বাপি যোষিতা।
ন স্বাতন্ত্র্যেণ কর্ত্তব্যং কিঞ্চিৎ কার্য্যং গৃহেষ্বপি॥
বাল্যে পিতুর্ব্বশে তিষ্ঠেৎ পাণিগ্রাহস্য যৌবনে।
পুত্রাণাং ভর্ত্তরি প্রেতে ন ভজেৎ স্ত্রী স্বতন্ত্রতাম্।

কদাচও থাকিবে না, যোষিদ্‌গণ সর্ব্বদাই সন্তুষ্টা থাকিবে, গৃহকর্ম্মে নিপুণা হইবে, গৃহের দ্রব্য সামগ্রী সুশৃঙ্খল, পরিষ্কার পরিচ্ছন্ন রাখিবে, এবং ব্যয় কার্য্যে অত্যন্ত মুক্তহস্ত হইবে না। সকল কার্য্য অপেক্ষায় পতি সেবাই রমণীগণের পরম মুখ্য কার্য্য, পতি দুশ্চরিত্রই হউক, আর স্বেচ্ছাচারীই হউক, আর নিগুর্ণ—মূর্খই হউক, সচ্চরিত্রা স্ত্রী সর্ব্বদাই পতিকে দেবতার মত সেবা করিবে। *

মনু আরও বলেন—

স্ত্রী গণ দিবানিশি অভিভাবকের অধীনে থাকিবে, সর্ব্বদা গৃহকার্য্যে আবদ্ধ থাকিবে, ক্ষণমাত্র বিনা কর্ম্মে থাকিবেনা, গার্হস্থ্য ধর্ম্মের কর্ম্ম ব্যতীত থাকিলেই কুচিন্তা ও আলস্যাদি আসিয়া হৃদয় অধিকার করিবে।

স্ত্রীজনেরা পুরুষের উপার্জ্জিত ধন অতি সাবধানে পেটারা প্রভৃতিতে রক্ষা করিবে, এবং খাদ্যাদি বস্তু অবস্থা ও পাত্রানুসারে ব্যয় করিবে, গৃহের ব্যবহার্য্য পাত্রাদি পরিষ্কার পরিচ্ছন্ন করা, সেই সকল সামগ্রী সর্ব্বদা পর্য্যবেক্ষণ সর্ব্বতোভাবে অকপটে গুরুজনের আচমনাদির জল দান, বাসগৃহের সাজ সজ্জা, এবং বিশেষরূপে পাককার্য্যে নিযুক্ত থাকিবে।

পিত্রা ভর্ত্রা সুতৈর্ব্বাপি নেচ্ছেদ্বিরহমাত্মনঃ।
এষাং হি বিরহেণ স্ত্রী গর্হ্যে কুর্য্যাদুভে কুলে॥

সদা প্রহৃষ্টয়া ভাব্যং গৃহকার্য্যেষু দক্ষয়া।
সুসংস্কৃতোপস্করয়া ব্যয়ে চামুক্তহস্তয়া॥

বিশীলঃ কামবৃত্তো বা গুণৈর্ব্বা পরিবর্জ্জিতঃ।
উপচর্য্যঃ স্ত্রিয়া সাধ্ব্যা সততং দেববৎ পতিঃ॥" (মনু। ৫। ১৪৭—)

* "অস্বতন্ত্রাঃ স্ত্রিয়ঃ কার্য্যাঃ পুরুষৈঃ স্বৈ র্দিবানিশং।
বিষয়েষু চ সজ্জন্ত্যঃ সংস্থাপ্যা আত্মনো বশে॥

ইত্যাদি সদুপায়ে অধর্ম্ম ও অস্বাস্থ্যের আক্রমণ হইতে রক্ষা করিবে, ন চেৎ ইহা ব্যতীত আর স্ত্রীগণের রক্ষার উপায় নাই। উক্তরূপ গার্হস্থ-ধর্ম্মে সর্ব্বথা ব্যতিব্যস্ত থাকিয়া আপনাকে আপনি যেমন ভাবে রক্ষা করিতে পারে, নচেৎ পুরুষের সাধ্য নাই যে তাহাদিগকে রক্ষা করিতে পারে। মদ্যপান নীচলোকের সহিত ভালবাসা, বহুদিন ভর্ত্তাকে ছাড়িয়া থাকা, দেশে বিদেশে দেবালয়ে লোকযাত্রায় ইতস্ততঃ ভ্রমণ করা, অসময়ে নিদ্রা, অপরের গৃহে বাস করা, এই ছয়টা দোষ নারীদিগের নিতান্তই পরিত্যাগ করা উচিত।

ভগবান্ বেদব্যাস নারী দিগকে নিম্নোক্ত আচারের উপদেশ দিয়াছেন—এবং যাবতীয় কার্য্যের মধ্যে পাক কার্য্যই স্ত্রীলোকের অতিশয় উপকারী, এবং অবশ্য কর্ত্তব্য, রূপে নির্দ্দেশ করিয়াছেন—যথা—

* গৃহস্থদম্পতি (পতি পত্নী) সকল কার্য্যেই একচিত্ত হইবে, পতির সাহচর্য্যব্যতীত নারীদিগের পৃথক ধর্ম্ম নাই,। নারীগণ প্রত্যুষে পতির পূর্ব্বে নিদ্রাত্যাগ করিয়া মুখ প্রক্ষালনাদি সমাপন করিবে, তৎপরে শয্যা উঠাইয়া শয়নঘর ও রান্নাঘর ও উঠন ঝাট্ দিয়া এবং গোবর মাটি দ্বারা লেপন করিয়া বিশুদ্ধ করিবে। ঘৃত তৈলাদি লিপ্ত যজ্ঞের বা পূজার তৈজস পাত্র

পিতা রক্ষতি কৌমারে ভর্ত্তা রক্ষতি যৌবনে।
রক্ষন্তি স্থবিরে পুত্রা ন স্ত্রী স্বাতন্ত্র্যমর্হতি॥"
"নকশ্চিদ্ যোষিতঃ শক্তঃ প্রসহ্য পরিরক্ষিতুং।
এতৈরুপায়যোগৈস্তু শক্যাস্তাঃ পরিরক্ষিতুং॥
অর্থস্য সংগ্রহেচৈনাং ব্যয়ে চৈব নিযোজয়েৎ।
শৌচে ধর্ম্মেঽন্নপক্ত্যাঞ্চ পারিণাহ্যস্য বেক্ষণে।
অরক্ষিতা গৃহে রুদ্ধাঃ পুরুষৈরাপ্তকারিভিঃ।
আত্মানমাত্মনা যাস্তু রক্ষেয়ুস্তাঃ সুরক্ষিতাঃ॥"
পানং দুর্জ্জন-সংসর্গঃ পত্যা চ বিরহোঽটনং।
স্বপ্নোঽন্যগেহবাসশ্চ নারীনান্দ্ব যণানি ষট্॥

গুলি উষ্ণজল ও মৃত্তিকাদ্বারা মার্জ্জিত করিবে। তৎপরে সেই সকল পাত্র যথাস্থানে রাখিবে, আর যুগ্ম পাত্র পানের—কৌটাপ্রভৃতি বিযোড় করিয়া রাখিবে না। পাত্র গুলী পরিষ্কার করিয়া মুছিয়া রাখিবে, এবং রান্না ঘরের বাসন কুসন গুলি বাহিরে প্রক্ষালন করিবে। গোবর মাটিদ্বারা উনন লেপিয়া পরে আগুণ জ্বালিবে, কাহাকে কোন্ বস্তু দিতে বা খাওয়াইতে হইবে, কি কি ব্যঞ্জন পাক করিতে হইবে, কি কি সামগ্রী ঘরে আছে, আর কিকি বা নাই, ইহা মনে করিয়া রাখিবে। এইরূপে প্রাতঃকালের ঘর-কন্না করিয়া শ্বশুর শাশুড়ী প্রভৃতি গুরুজনকে প্রণাম করিবে, তৎপরে পতি বা পিতৃদত্ত অলঙ্কার পরিধান করিবে। * মন বাক্য এবং কর্ম্মদ্বারা পতির অনুবর্ত্তিনী হইবে, সখীর ন্যায় হিতাচরণ করিবে, দাসীর ন্যায় আদেশ প্রতিপালন করিবে।

তৎপরে অন্নব্যঞ্জন পাক করিয়া পতিকে "পাকহইয়াছে" জানাইবে, গৃহদেবতার নিবেদিতঅন্ন ব্যঞ্জন বালক বালিকা সুবাসিনী (বিবাহিতা কন্যা ও ননদ্ প্রভৃতি) গুরুজন ও দাসদাসীকে ভোজন করাইয়া পরে পতিকে ভোজন করাইবে। পরে পতির অনুমতি লইয়া পতির ভুক্তা-

নৈতা রূপং পরীক্ষন্তে নাসাং বয়সি সংস্থিতিঃ।
সুরূপং বা বিরূপং বা পুমানিত্যেব ভুঞ্জতে॥ (মনু।৯,২—১৪)
"সম্যগ্‌ধর্ম্মার্থকামেষু দম্পতিভ্যামহর্নিশং।
একচিত্ততয়া ভাব্যং সমান-ব্রতবৃত্তিতঃ॥
ন পৃথগ্ বিদ্যতে স্ত্রীণাং ত্রিবর্গবিধিসাধনং।
ভাবতোহপ্যতিদেশাদ্বা ইতি শাস্ত্রবিধিঃ পরঃ॥
পত্যুঃ পূর্ব্বং সমুত্থায় দেহশুদ্ধিং বিধায় চ।
উত্থাপ্য শয়নাদীনি কৃত্বা বেশ্ম বিশোধনং॥
মার্জ্জনৈর্লেপনৈঃ প্রাপ্য সাগ্নিশালং স্বমঙ্গনং।
শোধয়েদগ্নি কার্য্যাণি স্নিগ্ধান্যুষ্ণেন বারিণা॥

বশিষ্ট অন্ন ভোজন করিবে, পরে গৃহে কিকি সামগ্রী ফুরাইয়াছে? কিকি বা আছে? কি আনাইতে হইবে বা না হইবে ইত্যাদি আলোচনা করিয়া দিবসের অবশিষ্ট সময় কাটাইবে।

পুনর্ব্বার সায়ংকালে ঘরে ঝাট্ জলছড়া দিয়া রাত্রের আহারের অন্ন প্রস্তুত করিয়া সকলকে এবং পতিকে উত্তমরূপে ভোজন করাইবে। পরে গৃহের দ্রব্যসামগ্রীপত্র গুছাইয়া নিজে অতিভোজন না করিয়া উত্তমরূপে শয্যা পাতিয়া পতির পরিচর্য্যায় নিযুক্ত হইবে, পতিকে নিদ্রিত করিয়া তাঁহার সন্নিধানে অতি সাবধানে শয়ন করিবে, শয়নের সময় অনগ্না নিষ্কামা ও জিতেন্দ্রিয়া হইয়া পতিকেই চিন্তা করিতে করিতে নিদ্রা যাইবে। সচ্চরিত্রা, স্ত্রী বড় কথা কহিবে না, কর্কশ বাক্য কহিবে না, নিরর্থক বহু কথা কহিবে না, অপ্রীতিকর কথা কহিবে না, কাহারও সহিত বিবাদ করিবেনা, অত্যন্ত ব্যয় করিবেনা, ধর্ম্মনষ্ট বা অর্থনষ্টের কার্য্য করিবেনা, অসাবধানে কোনও কার্য্য করিবেনা, নীতি বিরুদ্ধ কার্য্য করিবেনা, এবং গৃহকর্ম্মানুরোধে কাহাকেও ক্রোধ, ঈর্ষা, বঞ্চনা, অহঙ্কার, পিশুনতা, হিংসা, বিদ্বেষ, ধূর্ত্ততা, নাস্তিকতা,

---

প্রোক্ষণৈরিতি তান্যেব যথাস্থানং প্রকল্পয়েৎ।
ছন্ন পাত্রাণি সর্ব্বাণি ন কদাচিন্নিযোজয়েৎ॥
শোধয়িত্বা তু পত্রাণি পূরয়িত্বা তু ধারয়েৎ।
মহানসস্থ পাত্রাণি বহিঃ প্রক্ষাল্য সর্ব্বথা।
মৃত্তিশ্চ শোধযেচ্চুল্লীং তত্রাগ্নিং বিনাসেত্ততঃ।
স্মৃত্বা নিয়োগপাত্রাণি রসাংশ্চ দ্রবিণানি চ॥
কৃত পূর্ব্বাহ্নকার্য্যা চ স্বগুরূনভি বাদয়েৎ।
তাভ্যাং ভর্ত্তৃপিতৃভ্যাং বা ভ্রাতৃমাতুলবান্ধবৈঃ॥

দুঃসাহস, চুরি ও দম্ভ প্রকাশ করিবে না। (ব্যাস, ২, ১৮—৩৫ শ্লোক) উপর্য্যুক্ত ব্যাসের উপদেশ গুলি নিত্য কর্ম্মের মধ্যে পরিগণিত, উহা আচরণ না করিলে কামিনীগণের প্রত্যবায় হইবে।

পুরুষের ধর্ম্ম অর্থ কাম এবং মোক্ষ এই চতুর্ব্বর্গ সাধনে জপ তপস্যা ব্রহ্মচর্য্যাদি কঠোর নিয়মের আবশ্যকতা, কিন্তু স্ত্রীগণের একমাত্র জীবন্ত বিষ্ণুমূর্ত্তি—পতি সেবাতেই চতুর্ব্বর্গ প্রাপ্তি। ইহাদের স্বতন্ত্রভাবে উপবাস, ব্রত, আহ্নিক পূজা নিয়ম কিছুই করিতে হয় না, তবে কি না কেবলভর্ত্তার মঙ্গলার্থ আয়ুবৃদ্ধির জন্য দেবারাধনা বা অলঙ্কারাদি ধারণ করিতে হয়।

প্রায়শ্চিত্ততত্ত্বে মৎস্যপুরাণ—

"স্ত্রিয়ঃ কিমপরাধ্যন্তি গৃহপঞ্জরকোকিলাঃ।"

স্ত্রীদিগের কিছুই অপরাধ নাই, তাহারা গৃহস্থের গৃহরূপপিঞ্জরে আবদ্ধ কোকিলা, বস্ত্রালঙ্কারে সজ্জিত করিয়া রাখ, মিষ্টান্নে পরিতৃপ্ত রাখ মিষ্ট কথায় তুষ্ট রাখ, তবেই মধুর ব্যবহারে গৃহস্থের প্রীতিবর্দ্ধন করিবে, আর অন্নবস্ত্রে কষ্ট দেও তবেই কর্কশ বচন শুনিতে হইবে, অশান্তি-ভোগ করিতে হইবে, রমণীগণের মৃদু হৃদয় মৃদু ব্যবহারের অনুগত।

বস্ত্রালঙ্কাররত্নানি প্রদত্তান্যেব ধারয়েৎ।
মনোবাক্ কর্ম্মভিঃ শুদ্ধা পতিদেশানুবর্ত্তিনী॥
ছায়েবানুগতা স্বচ্ছা সখীব হিতকর্ম্মসু।
দাসীবাদিষ্টকার্য্যেষু ভার্য্যা ভর্ত্তুঃ সদা ভবেৎ॥
ততোঽন্নসাধনং কৃত্বা পতয়ে বিনিবেদ্য তৎ।
বৈশ্বদেবকৃতৈরন্নৈ র্ভোজনীয়াংশ্চ ভোজয়েৎ॥
পতিঞ্চৈতদনুজ্ঞাতঃ শিষ্টমন্নাদ্য মাত্মনা।
ভুক্ত্বা নয়েদহঃ-শেষ মায়ব্যয়বিচিন্তয়া॥" (ব্যাস, ২, ১৮—)

লক্ষ্মী ও সরস্বতী সর্ব্বত্র লোকে প্রচারিত এই একটা চির প্রবাদ শুনা যায়,—যে সকল বধূ অবিশ্রান্ত গৃহকর্ম্মে ব্যস্ত থাকে, স্বহস্তে রন্ধন করিয়া অতিথি অভ্যাগত দিগকে ভোজন করাইয়া পরিতৃপ্ত করে, প্রতিবেশীর প্রতি সুখে দুঃখে সমভাব প্রকাশ করে, তবেই পতির হৃদয় অধিকার করিতে পারে, পতির আদরিণী হয়, তাহাদিগকে লোকে "লক্ষ্মী বৌ" বা "লক্ষ্মী মেয়ে" বলিয়া ঘোষণা করে। কিন্তু যে সকল বিলাসিনী গৃহকৃত্য ছাড়িয়া এবং নবজাত শিশুকে ঈশ্বরদত্ত নিজের স্তন্যদান পর্য্যন্ত পরিত্যাগ করিয়া ধাত্রীর হস্তে লালন পালনের জন্য ন্যস্ত করিয়া কেবল লেখা পড়ায় কারুকার্য্যে বা যন্ত্রবাদনের জ্ঞানঅর্জ্জন করে, তাহাদিগকে লোকে "লক্ষ্মী বৌ" "লক্ষ্মী মেয়ে" বা "সরস্বতী বৌ" বা "সরস্বতী মেয়ে" বলিতে কোথাও ত শুনা যায় না, ইহার কারণ কি? না ইহার কারণ এই—ভগবান্ নারায়ণের দুই পত্নী, লক্ষ্মী ও সরস্বতী, মা লক্ষ্মী অতি প্রত্যূষে উঠিয়া নারায়ণের সমস্ত গৃহকর্ম্ম নির্ব্বাহ করেন, স্বহস্তে বিবিধপ্রকার অন্ন ব্যঞ্জন রন্ধন করেন-মুখে কথাটা মাত্র নাই, পরে নারায়ণকে তৃপ্তিপূর্ব্বক ভোজন করান, নারায়ণ শয়ন করিলে স্বহস্তে পাদ সম্বাহন করেন, সে জন্য নারায়ণ সমধিক স্নেহ করিয়া নিজের হৃদয় লক্ষ্মীকে অবস্থানের জন্য অর্পণ করিলেন।

আর মা সরস্বতী লক্ষ্মীর উপর ঘরকন্নার ঠেলা দিয়া নিজে কেবল দিবারাত্র বীণা লইয়া "উদারা" "মুদারা" "তারা" তিন গ্রাম, "সা" "রে" "গ" "ম" "প" "ধ" "নি" সপ্তস্বর, ও শ্রুতি, মূর্চ্ছনা, ছয়রাগ, ছত্রিশ রাগিণী প্রভৃতির সাধনায় গলাবাজী, বীণার ঝঙ্কারে নারায়ণের ঘুম ভাঙ্গিয়া দিতেন, ও চারিবেদ উদাত্ত, অনুদাত্ত, সমাহারস্বরে চেঁচাইয়া চেঁচাইয়া কান "ঝালা ফালা" করিয়া দিন রাত জ্বালাতন করিতেন, নির্লজ্জা মা সরস্বতী স্বাধীনা হইলেন, অনধিকার চর্চ্চায় মাতিলেন, সেজন্য বিরক্ত হইয়া নারায়ণ সরস্বতীকে

বত্রিশদাঁতের বেড়ায় ঘেরা জিহ্বার উপরে আটক করিয়া যেমন জেলে পুরিয়া রাখিলেন, মধ্যে মধ্যে একটু ফাঁক্ পাইলেই মা সরস্বতী অথর্ব্ববেদের উপবেদ, গান্ধর্ব্ববিদ্যা—নৃত্য, গীত, বাদ্য, নাটক, নভেল, ও উপন্যাস নিয়া বসিতেন। কিন্তু ইহ জন্মে এক দিনের জন্যও পতি—নারায়ণের হৃদয় অধিকার করিতে পারিলেন না, নারায়ণের আদরিণী হইলেন না।

এই জন্যেই গৃহকর্ম্মে নিপুণা হইলে কুলকামিনীগণকে অন্নপূর্ণা বা লক্ষ্মী বলে, "লক্ষ্মীরমত হও" বলিয়া লোকে আশীর্ব্বাদ করে, ঐরূপ না করিলে লোকে "কুঁড়ে" "অলক্ষ্মী" আল্মারির ছবি, অথবা "বাবু" বলে।

প্রাচীনাদের এই একটা প্রবাদ আছে যে, যে রমনী লেখা পড়া করে, সে বিধবা হয়, আর যে কামিনী বাজনা বাজায়, তাহার পাচিতব্যঞ্জন শীঘ্র শীঘ্রই পচিয়া যায়, ঠ'কে যায় অখাদ্য হইয়া উঠে। এই শাসন বাক্যের অর্থ এই যে স্ত্রীলোক কেবল গৃহকর্ম্মে মনকে ব্যাপৃত রাখিবে, অতএব বুঝিতে হইবে যে, হিন্দু ধর্ম্ম ও সদাচারের বলে স্ত্রী ও পুরুষগণ স্বাস্থ্য ও দীর্ঘজীবনলাভ করিতে পারে ইহা সাধারণভাবে আর্য্য-ঋষিগণ * বলিয়াছেন।

এখন আবার কুলকামিনী গণের প্রকৃতি ও শারীরিক উপাদানের পার্থক্য নিবন্ধন তাহাদের স্বাস্থ্য ও দীর্ঘজীবনের নিতান্ত নিশ্চিত কারণ যে ধর্ম্ম ও সদাচার, তাহা পৃথক্‌রূপে বিশেষ করিয়া উপদেশ দিলেন। স্ত্রীলোক দিবা রাত্রি কেবল গৃহকর্ম্মের জন্যই পরিশ্রান্তা থাকিবে।

স্ত্রীধর্ম্ম ও স্ত্রী-আচারের উপকারিতা।

উক্ত ধর্ম্ম ও সদাচার অনুসারে যে যে কুলবধূ ও কুলগৃহিণীগণ ব্যবহার করিবে, তহারা নিশ্চয়ই ও স্বাস্থ্য দীর্ঘজীবন লাভ করিবে ইহাতে অনুমাত্রও সন্দেহ নাই,।

---

* দ্বিতীয় উপদেশ ১৯ পৃষ্ঠা দ্রষ্টব্য।

পূর্ব্বোক্ত নারীধর্ম্মের মধ্যে গৃহকর্ম্মে সদা সর্ব্বদা ব্যস্ত এবং সর্ব্বাপেক্ষায় পাককার্য্যে তৎপরতা এই দুইটা ধর্ম্মই অত্যন্ত নির্ব্বন্ধ সহকারে নারীগণের অবশ্য পালনীয় বলিয়া ঋষিগণ বলিয়াছেন, আরও বলেন—

" শীতে ভীতাশ্চ যে বিপ্রা রণভীতাশ্চ যে নৃপাঃ।
অগ্নিভীতাশ্চ যা নার্য্য স্ত্রিভিঃ স্বর্গো ন গম্যতে "॥

অর্থ—যে ব্রাহ্মণ শীতে কাতর—যথা সময়ে-প্রাতঃস্নান ও সন্ধ্যাকরণে অলস, যে ক্ষত্রিয় যুদ্ধে-ভীত—বিপক্ষের আক্রমণেও মরণত্রাসে অস্ত্রধারণ করেনা, বা যুদ্ধক্ষেত্র হইতে পলায়িত হইয়া প্রাণ রক্ষা করে, আর যে নারী অগ্নিভীতা—শরীরে অগ্নির উত্তাপ লাগিবে, শরীর ময়লা হইবে, ননির পুতুল গলিয়া পড়িবে, এই ভয়ে পাককার্য্যে পরাঙ্মুখী, এই তিন জাতি কদাচও স্বর্গ সুখের আশা করিবে না। ঋষিদের ত এই জাতীয় শাসন ছিল।

উক্ত ঋষি বাক্যের মর্য্যাদা, সৃষ্টির আদিকাল হইতে মা ভগবতী মা অন্নপূর্ণা মা লক্ষ্মীপ্রভৃতি দেবীগণ, সাবিত্রী সীতা দময়ন্তী রুক্মিণী ও দ্রৌপদী প্রভৃতি রাজপত্নীগণও মানিয়া আসিয়া ছিলেন, এবং বর্ত্তমান সভ্য-শিক্ষিত শতাব্দীর অনতি পূর্ব্ব সময়পর্য্যন্ত ভারতীয় হিন্দুনারীগণও অবিচ্ছিন্ন-ভাবে রক্ষা করিয়া আসিতে ছিলেন, কিন্তু ইদানীং পাশ্চাত্য শিক্ষার-প্রভাবে আমাদের মতি গতি অন্যথা প্রকার হইয়াছে, এজন্য বৃদ্ধা মাতা ও ভগিনীর উপরে পাকের ভার দিয়া আমাদের কুললক্ষ্মী গণের আমরাই পূর্ব্বোক্ত ঋষির আদিষ্ট যোষিদ্ধর্ম্ম ও যোষিদাচারভ্রষ্ট করাইয়া আমাদের প্রবৃত্তির অনুসারে প্রকৃতি গঠিত করিয়া তুলিয়াছি, সে জন্য ইদানীং শিক্ষিত পুরুষের মত শিক্ষিতা কুলরমণী গণও প্রায় অস্বস্থা অল্পায়ুষ্কা হইয়াছে।

মনু বলেন—

"যাদৃশেনে হভর্ত্রা স্ত্রী সংযুজ্যেত যথাবিধি।
তাদৃগ্‌গুণা সা ভবতি সমুদ্রেণেব নিম্নগা॥" (৯।২২)

অর্থ—ভর্ত্তার যেমন গুণ যেমন স্বভাব, তৎসহচারিণী স্ত্রীরও তেমনই স্বভাবও গুণ হইবে, যেমন মধুর-জলা গঙ্গাও সরিৎপতিসাগরের সংসর্গে লবণময়ী—বিরসা হইয়া থাকেন। অধিক কি বলিব? অনেক স্থানে দেখা যায়, পতি-পরায়ণা সতীর ভাব ভঙ্গী ও কণ্ঠস্বর পর্য্যন্ত পতির মত অবিকল হইয়া যায়। কেন না "সংসর্গজা দোষগুণা ভবন্তি" দোষ এবং গুণ দুইই সংসর্গগুণে সংক্রামিত হয়।

এখন বিচার করিয়া দেখা উচিত যে, স্ত্রীগণের ধর্ম্ম ও আচারের সহিত তাহাদের স্বাস্থ্য ও দীর্ঘ জীবনের ঘনিষ্ঠ সম্বন্ধ আছে কি না? এই ধর্ম্ম বিপ্লবের সময়েও ব্রত নিয়মাদিধর্ম্ম সদাচার হিন্দুর গৃহলক্ষ্মী স্ত্রীলোকেরাই রক্ষা করিয়া আসিতেছেন। দেখা যায় গ্রাম্য স্ত্রীলোক বা অশিক্ষিতা অর্থাৎ লেখাপড়ায় অনভিজ্ঞা প্রাচীন স্ত্রীধর্ম্ম রীতি নীতি ও স্ত্রী আচারে নিপুণা স্ত্রী দিগের স্বাস্থ্য ও দীর্ঘজীবন প্রায়ই বিলক্ষণ শিক্ষিতাদিগের মধ্যে প্রায় কথায় কথায় ডাক্তারের আবশ্যক, বিশেষতঃ শিক্ষিতাদিগের শিরোরোগ বায়ুরোগ, অপস্মার—(হিষ্টিরিয়া,) উদরাময়, লিবার খারাপ প্রভৃতি রোগ কুললক্ষ্মী দিগের নিত্যসহচর হইয়াছে, অধিক কি বলিব? যাঁহারা দৃঢ়তার সহিত মনে করেন যে, লজ্জা নষ্ট করিয়া প্রাণ রক্ষা করা অপেক্ষায় প্রাণ যাওয়াই শ্রেয়স্কর, তাহাদের প্রসবদুর্গতিস্মরণ করিলেও মূর্চ্ছিত হইতে হয়, এবং অনির্ব্বচনীয় ক্লেশে প্রসূত বালক বালিকাগণের অস্বাভাবিক জন্মাবধি নানাবিধ রোগ, এবং সদ্যঃ প্রসূত বালকের বিদেশীয় তীব্রতর ঔষধ সেবন করিতে হয়। কিন্তু অশিক্ষিতা গ্রামবাসিনী বা প্রাচীনরীতি নীতির বশবর্ত্তিনী প্রসূতি গণের বা তাহারেদ সদ্যঃ প্রসূত বালক বালিকাগণের ওরূপ অস্বাভাবিক "লিবার খারাপ" ইত্যাদি রোগ, বা ডাক্তারি চিকিৎসার আবশ্যক হয় না, তাহা ত প্রাচীনারাই প্রাচীন পরম্পরা জ্ঞাত কৌশলে

এবং সর্ব্বত্র সুলভ গৃহজাত টোট্‌কা টাট্‌কি ঔষধ প্রয়োগে উৎকৃষ্ট রূপে সারাইয়া দেয়, অর্থাৎ ওরূপ বালক বালিকার রোগ আসিতেই দেয় না, ইহাত পাড়াগাঁয়ে প্রত্যক্ষ সিদ্ধ, ইহার কারণ কি ?

সুখপ্রসব ও কষ্ট প্রসব। কারণ এই,—দেখা যায় ঈশ্বরের ইচ্ছা এবং প্রকৃতির নিয়মানুসারে এই মানব দেহে পাচ প্রকারের বায়ু বিরাজমান, যথা—হৃদয়ে প্রাণ বায়ু, মলাশয়ে অপান বায়ু, নাভি চক্রে সমান বায়ু, কণ্ঠ হইতে উপরে উদান বায়ু, এবং নখাগ্র হইতে কেশাগ্র পর্য্যন্ত অন্তরে বাহিরে সর্ব্বদেহ ব্যাপক ব্যান বায়ু অবস্থিতি করে *।

তন্মধ্যে বিশেষ এই—যাহারা সমধিক রূপে মস্তিষ্ক এবং চিন্তাশক্তির পরিচালনা করে, তাহাদের উদান বায়ু বিশেষ রূপে উত্তেজিত হইয়া উর্দ্ধ স্রোতে প্রবাহিত হইয়া মস্তকে উঠে, আর সমান বায়ু ও অপান বায়ুব ক্রিয়া তত বলবতী থাকে না, তাহারা লঘু সাত্বিক আহার দুগ্ধাদিই অনায়াসে পরিপাক করিতে পারে, এবং তাহাই তাহাদের স্বাস্থ্যের অনুকূল হইয়া থাকে, ইহারা গুরুপাক মৎস্য মাংস ও শাকাদি গুরুপাক খাদ্য সামগ্রী সমধিক পরিমাণে পরিপাক করিতে পারে না।

অপর. যাহারা ধাবন সন্তরণ কাষ্ঠচ্ছেদন ও ভার বহন প্রভৃতি শারীরিক পরিশ্রমের কার্য্য করে, মস্তিস্ক বা চিন্তাশক্তির পরিচালনা তত করে না, তাহাদের সমান ও অপান বায়ু উত্তেজিত হইয়া অধঃস্রোতে প্রবাহিত হয়, উদান বায়ুর ক্রিয়া তত বলবতী থাকে না, এজন্য ইহারা মৎস্য মাংস মদ্য শাকাদি গুরুপাক দ্রব্য অক্লেশে পরিপাক করিতে পারে, এবং তাহাই তাহাদের স্বাস্থ্যের অনুকূল হইয়া থাকে, ইহাদের সাত্বিক

* "হৃদি প্রাণো গুদেঽপানঃ সমানো নাভিমণ্ডলে।
উদানঃ কণ্ঠদেশেতু ব্যানঃ সর্ব্ব শরীরগঃ॥ (উপনিষৎ, স্মৃতি, পুরাণ, ও তন্ত্র)

লঘুপাক কেবল দুগ্ধাদিতে শরীর ক্ষীণ হইয়া পড়ে, ইহা সাধারণ নিয়ম।

এস্থলে স্ত্রীলোক সম্বন্ধে কিঞ্চিৎ ইতর বিশেষ আছে, তাহা এই—প্রাকৃতিক নিয়মে পুরুষের অপেক্ষায় নারীদিগের "গর্ভাশয়—জরায়ু" নামক একটা অধিক যন্ত্র আছে, ঐ সূক্ষ্ম চর্ম্মকোশ জরায়ুটা সমান ও অপান বায়ুর সন্নিহিত অবস্থিত, সেজন্য উহা উভয় বায়ু দ্বারাই পরিপূর্ণ থাকে, ঐ জরায়ুস্থিত বায়ুকেই বৈদ্যশাস্ত্র এবং স্মৃতিশাস্ত্রে—"প্রবলসূতি মারুত" নামে অভিহিত করিয়াছে।

উক্ত গর্ভাশয়স্থিত বায়ুকে বিশুদ্ধরূপে রক্ষা ও অধোগামী করাই নিরাপদে প্রসবের কারণ, অন্যথা গর্ভবিনাশ বা গর্ভের বিকৃতি জন্মাইতে পারে, ইহাও বৈদ্য শাস্ত্রেই সমস্বরে উৎকীর্ত্তন করিয়াছে * প্রসবের জন্য নারীগণের অনুলোমে—অধঃস্রোতে প্রবাহিত সূতিমারুতেরই সবিশেষ আবশ্যকতা, জরায়ুস্থ সূতিমারুতের অনুলোমে প্রবাহ রক্ষা করিতে হইলে নারীজনের স্পৃহানুরূপ আহার এবং অনুরূপ নৃত্যব্যায়ামের মত অঙ্গ চালনায় পরিশ্রমের আবশ্যকতা, যেমন গৃহকর্ম্ম পাককর্ম্মে পাকাগ্নি সেবন ত্রিদোষঘ্ন পচ্যমান ব্যঞ্জনের ধূমগ্রহণ * ও পাককর্ম্মের নিষ্পাদক মরীচ হরিদ্রাদি পেষণ ইত্যাদি কর্ম্ম সকল। গৃহস্থ ঘরের বালিকারা বাল্যাবস্থা হইতেই ক্রীড়াচ্ছলে উক্ত গৃহ কর্ম্ম (ভবিষ্যৎ জীবনে যাহা আবশ্যক হইবে) অভ্যাস করিতে করিতে বয়ঃস্থাদশায় সত্য সত্য ঐ সমস্ত কর্ম্ম করিয়া গর্ভের চতুর্থ মাস পর্য্যন্ত প্রসব বায়ুর অনুলোমে নীচের দিগে গতি রক্ষা করিবে। সধবা রমণীরসমুচিত শরীর গঠিত করিবে, ইহা বৈদ্যশাস্ত্রের ইঙ্গিতে মন্বাদি শাস্ত্র মাথার দিব্য দিয়া বলিয়াছেন।

* পুরুষের প্রাণায়ামে যেমন বাত পিত্ত শ্লেষ্মার বৈষম্য নষ্ট করে, তদ্রূপ পাকের সময় লবণ হরিদ্রা ও মরীচের ধূম গন্ধে নারীগণের উক্ত ত্রিদোষ নষ্ট করে।

কিন্তু ভীমার্জ্জুনের মত বীরপুরুষোচিত শঙ্খবাদন সধবা স্ত্রীলোকের কর্ত্তব্য নহে, তাহাতে জরায়ুর সূক্ষ্ম চর্ম্ম ছিন্ন হইবার সম্ভাবনা, অথবা নিঃশ্বাস রোধে শাঁখ বাজাইলে অপান বায়ু সমধিক প্রকুপিত হইয়া গর্ভ-বিভ্রাটও জন্মাইতে পারে, এজন্যই শাস্ত্রে বলিয়াছেন যে স্ত্রীলেকের বাদিত শঙ্খধ্বনি যতদূর শোনা যায় সে স্থান মা লক্ষ্মী ছাড়িয়া যান।*

হিন্দুর বালিকারা পূর্ব্বে প্রকৃতি ও রীতির অনুসারেই একত্রিত হইয়া ধূলখেলায় বিবাহের যজ্ঞ নিমন্ত্রণ সাজাইত, পুতুল বরের সঙ্গে পুতুল কন্যার বিবাহ দিত, মহাযজ্ঞের আয়োজন করিত কেহ উনন তয়ার করিত, কেহ জল আনিত, কেহ বাটনা বাটিত, কেহবা কল্পিত কোটনা কুটিত, কেহ আগুন জ্বালিয়া অন্নপূর্ণা ও নলরাজাকে প্রণাম করিয়া গাছ পাতা লতা খড় ইত্যাদি বস্তু দ্বারাই শুক্ত হইতে মিষ্টান্ন পর্য্যন্ত রন্ধন করিত, পরে যথারীতি কোমরে পরিধেয় বস্ত্রের অঞ্চল বাঁধিয়া হাতের কনুই ছাড়া সর্ব্বাঙ্গ ঢাকিয়া ঘোমটা টানিয়া পাতুখানি যোড় করিয়া পরি-বেশন করিত এবং এই প্রাচীনাদের অনুকরণে পরিবেশন করিত, যেমন—

"নানা দেয়ং উহুঁ দেয়ং দেয়ঞ্চ করকম্পনে।
শিরসঃ কম্পনে দেয়ং ন দেয়ং ব্যাঘ্রঝম্পনে॥"

এইরূপে বিবাহ ক্রীড়া সম্পন্ন করিত। সেই অভ্যাস ও সংস্কারে বিবাহের পরও প্রকৃত গৃহকর্ম্ম আবশ্যকীয় কাঁথা ইত্যাদি সেলাই কর্ম্ম, মাঙ্গলিক চিত্রকর্ম্ম, যজ্ঞোপবীতের সূত্র নির্ম্মাণ, পূজা আহ্নিকের সাজ, ও শিব গঠন করিত, পাক কর্ম্ম পাকাগ্নি সেবন পরিবেশন ও শয্যা উত্থাপন করিয়া অন্নপূর্ণা বা লক্ষ্মীর মত যশ এবং শরীর স্বাস্থ্য উপার্জ্জন করিত, প্রসব বিভ্রাট উদরাময় বা অসস্মার (হিষ্টিরিয়া) ইত্যাদি রোগ তাহাদের

* স্ত্রীণাঞ্চ শঙ্খধ্বনিভিঃ শূদ্রাণাঞ্চ বিশেষতঃ।
ভীতা রুষ্টা যাতি লক্ষ্মীঃ স্থলমন্যৎ স্থলাত্ততঃ॥ (শব্দকল্প, শঙ্খ শব্দ)

ত্রিসীমায় ও আসিতে পারিত না, গৃহকর্ম্মের অনুরূপ ব্যায়ামের কার্য্য করিত, বলিয়া বশুদ্ধ ক্ষুধার জন্য সধবা স্ত্রী সম্বন্ধে "আহারো দ্বিগুণঃ স্ত্রীণাং" অর্থাৎ পুরুষাপেক্ষায় স্ত্রীলেকের আহার শক্তি দ্বিগুণ অধিক, এই মহাজন বাক্যের ও যথার্থতা তৎকালে উপলব্ধি হইত ? ? এবং ঐ ক্ষুদ্র ব্যায়ামের জন্যই গর্ভিণীগণের গর্ভাশয়স্থ প্রসূতি বায়ু অনুলোমস্রোতে প্রবল বেগে আধোদেশাভিমুখে প্রবাহিত হইয়া মেরুদণ্ডাভিমুখে উদ্ধ মস্তকে অবস্থিত গর্ভস্থশিশুকে অধোমুখে প্রসবপথে নিঃসারিত করিয়া দিত প্রসবে, কোন রূপ বিভ্রাট ঘটিত না, নিরাপদে প্রসবের পরেও দেশজ সর্ব্বত্র সুলভ প্রাচীনাদের উপদিষ্ট কুমারিয়া গোটার রস, সিংহ মৎস্যের ঝোল, পেয়াজ প্রভৃতি সেবনে সূতিকা রোগ হইতে নির্ম্মুক্ত থাকিত। বিদেশীয় মদ্য মিশ্রিত তীব্রবীর্য্য ঔষধ সেবন না করায় প্রসূত বালকও বালরোগে প্রায়ই আক্রান্ত হইত না। প্রাচীন নীতি পদ্ধতি অনুসারে যাহারা এখন ও চলিয়া থাকে তাহাদের মন্দাগ্নিপ্রসব বিভ্রাট সূতিকারোগ প্রায়ই দৃষ্ট হয় না, এবং তাহাদের বালক বালিকাগণের ও কোনরূপ "লিবার খারাপ" রোগে বিপদ ঘটে না। আর যাহারা উক্ত নিয়মের ব্যতয় আচরণ করে, তাহাদেরই নানারূপ বীভৎস প্রসব বিভ্রাট ঘটিতে দেখা যায়,।

স্ত্রীলোকেরা স্বভাব অঙ্গ প্রত্যঙ্গ ও যন্ত্রের বিপরীত ভাবে আচরণ করিলেই তাহারে মন্দ ফলভোগ করিবে। স্বভাবতঃ পুরুষাপেক্ষায় নারী-দিগের মস্তিষ্ক অল্প ও দুর্ব্বল, জরায়ু যন্ত্র অধিক, অতএব যদি উহারা জরায়ুর উপকারক গৃহকর্ম্মাদি পাকের অগ্নিসেবন না করে, এবং ইহার

(??) "স্ত্রীণামষ্টগুণঃ কামো ব্যবসায়শ্চ ষড়্গুণঃ।
লজ্জা চতুর্গুণা তাসামাহারশ্চ তদর্দ্ধকঃ॥" (বৃহৎপরা, ৪, ৫৩)

বিপরীত কেবল লেখাপড়া জ্ঞান বিজ্ঞান অনধিকার চর্চ্চায় মস্তিষ্ক পরিচালনা করে অথবা শঙ্খবাদন বা দুশ্চিন্তা উন্নত স্কতার জনক কুৎসিত নাটক নভেল পাঠ করে, বা বিনা কর্ম্মে বসিয়া শুইয়া দিন কাটায়, প্রসূতি মারুতের অনুলোমে গতি চালনা না করে, ক্ষুধা কমিয়া যায়, তবেই তাহাদের জরায়ুস্থ বায়ু প্রকুপিত হইয়া বিলোম উর্দ্ধ স্রোতে গত হইয়া মস্তিষ্কের বৈকৃত্য জন্মাইয়া হিষ্টিরিয়া প্রভৃতি রোগ জন্মায়, উক্ত বায়ুর প্রবাহ উর্দ্ধগত হইলে গর্ভস্থ বালক আর অধোমুখে প্রসব পথে আসিতে পারে না, * তখন প্রসূতির মেরুদণ্ডাভি মুখে উর্দ্ধ মস্তকে নিম্নপদেই থাকিয়া যায়, এইহেতু উর্দ্ধে প্রবাহিত বায়ু সুখপ্রসবের বাধা জন্মায়, যদিও অপান বায়ুর মন্দ বেগে গর্ভস্থ শিশু প্রসবপথে কথঞ্চিৎ উপস্থিত হয় তাহাও বীপরীত ভাবে, অর্থাৎ অগ্রে মুখ না আসিয়া পা অথবা একটা হাত এইরূপে উপস্থিত হয়, তাহাতেই প্রসবে বিপদ ঘটে। এজন্যই সধবাগণের পতি সেবা গৃহকর্ম্ম * ব্যতীত জপ তপস্যা লেখাপড়া ইত্যাদি সকল কর্ম্মই শাস্ত্রে নিষিদ্ধ। যেমন ধনু হইতে বাণের অগ্রভাগ প্রথমে নির্গত হয়, সেইরূপ নবম বা দশম মাসে প্রবলতর "সূতিমারুত" গর্ভস্থ শিশুকে মস্তক অগ্রে করিয়া প্রসব পথে নিঃসারিত করে † ।

কিন্তু যে সকল নারীর গর্ভ সম্ভাবনা নাই, যাহারা বাল্যাবস্থায়ই ব্রহ্মচর্য্য আশ্রয় করেন, যেমন বৈদিক গার্গী আত্রেয়ী, এবং অবীরা, বিধবা যাহাদের পক্কান্ন আহারে নিষিদ্ধ, তাহারা পুরুষের মত পাককার্য্যে অগ্নি সেবন, ও পরিবেশনাদি শ্রমসাধ্য কর্ম্ম না করিয়া আধ্যাত্মিক বিষয়ের চর্চ্চা জপ তপস্যা

---

* "বাত প্রকোপকাণ্যাসেবামানায়া গর্ভো ন বৃদ্ধিং প্রাপ্নোতি পারশুষ্কত্বাৎ" (চরক, শারী, ৮ অঃ)

† 'নবমে দশমে মাসি প্রবলৈঃ সূতিমারুতৈঃ।
নিঃসার্য্যতে বাণ ইব যন্ত্রচ্ছিদ্রেণ সজ্বরঃ॥' (যাজ্ঞ, প্রায়, ৮৩)

পূজা আহ্নিক ও আধ্যাত্মিক শাস্ত্রাধ্যয়নে মস্তিষ্ক চালনায় সমান ও অপান বায়ুর উর্দ্ধস্রোত গতি সাধন করিলেও ক্ষতি নাই।

এজন্য শাস্ত্রকারগণ রমণীগণের সম্বন্ধে নির্ব্বন্ধ সহকারে কেবল গৃহকর্ম্ম দেবকর্ম্ম, পৈত্রকর্ম্ম ও লৌকিককর্ম্মে পাকাগ্নিকার পাকাগ্নি সেবন, পাকোপ করণ সম্পাদনের জন্য পুনঃ পুনঃ উপদেশ দিয়াছেন, উক্ত নিয়ম প্রতি পালন না করাই প্রসব বিভ্রাটের কারণ, হিষ্টিরিয়া রোগের কারণ, এবং গর্ভাবস্থা হইতে প্রসূতি বিদেশীয় তীব্রবীর্য্য ঔষধ সেবন, সদ্যঃ প্রসূত বালকের বিদেশীয় তীব্র ঔষধ সেবন, এবং ঈশ্বরের প্রদত্ত স্তন্য ত্যাগ যে সে ধাত্রীর স্তন্য পান ইত্যাদি "লিবার খারাপ" রোগের কারণ কিনা? ইহা বুদ্ধিমান্ লোকের বিবেচনায় অধীন।

দীর্ঘায়ু প্রবীর- হিন্দুগণের পুত্রোৎপাদন, অতি পবিত্রধর্ম্ম-প্রণোদিত, উচ্চ পুত্রোৎপাদন। পশুভাবপ্রসূত নহে। জগতে পুত্রাপেক্ষায় প্রেমাস্পদ আর দ্বিতীয় কেহই নাই, পুত্র ঐহিক ও পারত্রিক একমাত্র কল্যাণ-সাধন, জগতে অনন্ত প্রিয় বস্তুর মধ্যে পুত্রকেই সকলের শীর্ষস্থানীয় ইহা বেদের কথা মনুষ্যের ত কথাই নাই, পশুপক্ষির অন্তঃকরণও পুত্রস্নেহের অধীন, পুত্র যে কি অনির্ব্বচনীয় স্বর্গীয় অমৃত ময়, আনন্দ সাগরের পরিচ্ছিন্ন মূর্ত্তিরূপে অর্দ্ধাঙ্গিনীর জঠরে আবির্ভূত হয়, তাহা বর্ণাতীত। পতি স্বয়ংই যাহার উদরে প্রবিষ্ট হইয়া পুত্ররূপে জন্মগ্রহণ করে, এজন্যই পুত্র সমাধিক স্নেহভাজন, ইহাই শাস্ত্রেরই মত *

সকলেরই ঐকান্তিকী লালসা যে, পুত্র নীরোগ, দীর্ঘায়ু, ধার্ম্মিক, বিদ্বান্ গুণবান এবং প্রবীর-পদবাচ্য হউক। কিন্তু প্রথমে নীরোগশরীর ও দীর্ঘায়ু

* "পতির্ভার্য্যাং সং প্রবিশ্য গর্ভো ভূত্বেহ জায়তে।
জায়ায়াস্তদ্ধি জায়াত্বং যদস্যাং জায়তে পুনঃ॥" (মনু, ৯, ৮)

না হইলে ধর্ম্মাদি উপার্জ্জন সেই পুত্রের পক্ষে একান্ত অসম্ভব। এবং সমাজে কন্যা অপেক্ষায় পুত্রের সংখ্যাধিক্যই প্রার্থনীয় ও কল্যাণকর ইহাও রামায়ণ ও মহাভারত পাঠে স্পষ্ট উপপন্ন হয়। অতএব সুস্থশরীর, দীর্ঘায়ুষ্ক, ধার্ম্মি ও প্রবীব বহু পুত্রোৎপত্তি এবং অল্প কন্যোৎপত্তির জন্য ঋষিগণ যুক্তিযুক্ত উপদেশ প্রদান করিয়া গিয়াছেন—

প্রথমতঃ কালের অনির্ব্বচনীয় শক্তি বুঝিতে পারিয়া ঋষিরা বলিয়াছেন যে, ঋতুর প্রথম তিন দিন পরিত্যাগ করিয়া, মানব পুত্রার্থী হইলে, যুগ্ম দিনে, আর কন্যার্থী অযুগ্ম দিনে সহবাস করিবে। (*)

কিন্তু সেই যুগ্ম দিনেও যদি শোণিতের ভাগ অধিক হয়, এবং শুক্রের ভাগ ন্যূন হয়, তবে পুত্র না জন্মিয়া পুরুষের আকৃতি প্রকৃতি বিশিষ্ট কন্যাই জন্মিবে। ইহা—চরকসুশ্রুত ও বাগ্ভট্ট বলেন:—

শুক্রাধিক্যে পুরুষ, রক্তাধিক্য কন্যা, এবং শুক্র ও শোণিত সমান হইলে ক্লীব উৎপন্ন হয়। (†) এজন্য যাহাতে রক্তের ন্যূনতা হয়, সে জন্য ঋতুকালে যোষিদ্‌গণ অতিশয় কায়ক্লেশে থাকিবে, একবেলা অতি অল্প আহার করিবে, বিলাসিতা চিত্তের প্রফুল্লতা বা কোনরূপ আমোদ প্রমোদ, একবারে পরিত্যাগ করিবে, ও অতি দীন-দুঃখিনীর মত থাকিবে, ইহাই সুশ্রুতাচার্য্য বলেন—

(*) "ষোড়শর্ত্তু নিশা স্ত্রীণাং তাসু যুগ্মাসু সংবিশেৎ" (যাজ্ঞবল্ক্য, আচার ৮১, ৭৯)
"স্নানাৎ প্রভৃতি যুগ্মেষহঃসু সংবসেতাং পুত্রকামৌ তাবযুগ্মেষু দুহিতৃকামৌ॥"
(চরক, শারী, ৮)

(†) "রক্তেন কন্যামধিকেন পুত্রং শুক্রেণ।" (চরক শরীর, ২ অধ্যায়)
"অতএব চ শুক্রস্য বাহুল্যাজ্জায়তে পুমান্।
রক্তস্য স্ত্রী তয়োঃ সাম্যে ক্লীবং শুক্রার্ত্তবে পুনঃ॥" (বাগ্‌ভট, শরীর, ১৬)
"তত্র শুক্রবাহুল্যাৎ পুমান্ আর্ত্তববাহুল্যাৎ স্ত্রী সাম্যাদুভয়োর্নপুংসকমিতি।"
(সুশ্রুত, শারীর, ৩৩)

"মৃজালঙ্কাররহিতা দর্ভসংস্তরশায়িনী।
পর্ণে শরাবে হস্তে বা ভুঞ্জীত ব্রহ্মচারিণী।" (বাগ্‌ভট, শারীর, ১।২৭)

"ঋতৌ প্রথমদিবসাৎ প্রভৃতি ব্রহ্মচারিণী দিবাস্বপ্নাঞ্জনাশ্রুপাতস্নানানু-লেপনাভ্যঙ্গ নখচ্ছেদনপ্রধাবনহসনকথনাতিশব্দশ্রবণাবলেখনাদীনায়াসান্ পরিহরেৎ।" (সুশ্রুত, শারীর, ২।২৪)

অর্থ—ঋতুর প্রথম দিন হইতে যোষিদ্‌গণ ব্রহ্মচর্য্য (পুংসংসর্গ রহিত) অবলম্বন করিবে, দিবানিদ্রা অঞ্জনধারণ, রোদন, স্নান, অঙ্গমার্জ্জন, গন্ধদ্রব্য, (আতর গোলাপ) তৈল, নখচ্ছেদ, ধাবন, হাস্যপরিহাস, বাক্যালাপ বৃহৎ শব্দশ্রবণ এবং ভূমিকর্ষণাদি শ্রমসাধ্য কর্ম্ম পরিত্যাগ করিবে। এবং—

"দর্ভসংস্তরশায়িনী করতলশরাবপর্ণান্যতমভোজিনী হবিষ্যং ত্র্যহং ভর্ত্তুঃ সংরক্ষেৎ, (সুশ্রুত শারীর, ২।২৪) (১)

অর্থ—কর্কশ কুশাদি রচিত কটে (চাটাই) শয়ন করিবে, হস্তে শরায় অথবা কলা পাতায় খাইবে, তিন দিন হবিষ্য ভোজন, অর্থাৎ বলপুষ্টিকর মৎস্য মাংসাদি আহার করিবে না, এবং ভর্ত্তৃসংসর্গ করিবে না।

বশিষ্ঠ বলেন—

"ত্রিরাত্রং রজস্বালা অশুচির্ভবতি সা নাঞ্জ্যাৎ নাভাঞ্জ্যাৎ নাপ্সু স্নায়াৎ অধঃ শয়ীয় ন দিবা স্বপ্যাৎ ন রজ্জুং প্রসৃজেৎ নাগ্নিংস্পৃশেৎ ন দন্তান্ ক্ষালয়েৎ ন সায়মশ্নীয়াৎ ন গৃহান্নিরীক্ষেত ন হসেৎ ন কিঞ্চিদাচারেৎ॥"

অর্থ রজস্বালা কামিনী যেই তিন দিন অশুচি থাকে, এই তিন দিন সে অঞ্জন পারিবে না, তৈল মাখিবে না, খাটে শয়ন করিবে না, দিবসে শয়ন করিবে না, রজ্জু নির্ম্মাণ করিবে না, অগ্নি স্পর্শ করিবে না, দন্তমার্জ্জন করিবে না, মাংস আহার করিবে না, গৃহের বাহিরে যাইবে না, হাসিবে না, এবং অপর কোন কার্য্যই করিবে না। *

---

* ইত্যাদি নিয়ম এখনো মহারাষ্ট্রীয় ও পূর্ব্ববঙ্গীয় দিগের মধ্যে দেখা যায়।

মহর্ষি বেদব্যাস শ্রেষ্ঠ পুত্রোৎপত্তির কারণ এই নির্দ্দেশ করেন—

"অশ্নীয়াৎ কেবলং ভক্তং নক্তং মৃণ্ময়ভাজনে।
স্বপেদ্ ভূমাবপ্রমত্তা ক্ষপেদেবমহস্ত্রয়ং ॥
স্নায়ীত চ ত্রিরাত্রান্তে সচেলমুদিতে রবৌ।
ক্ষামালঙ্কৃদমাপ্নোতি পুত্রং পূজিতলক্ষণং ॥"

অর্থ—ঋতুমতী স্ত্রী তিন দিন দিবাভাগে অনাহার থাকিয়া মৃত্তিক পাত্রে, রাত্রিতে কেবল মাত্র ভাতেভাত খাইবে, ভূশয্যায় শয়ন করিবে, তিন দিন পরে স্নান করিবে এইরূপে ক্ষীণভাবাপন্না হইয়া অলঙ্কৃতা হইলে সর্ব্বশ্রেষ্ঠ পুত্র লাভ করিতে পারে।

বিষ্ণুধর্ম্মোত্তরে কথিত আছে—

আহারং গোরসানাঞ্চ পুষ্পালঙ্কার ধারণং।
অগ্নিসংস্পর্শনঞ্চৈব বর্জ্জয়েচ্চ দিনত্রয়ং ॥"

অর্থ—ঋতুমতী স্ত্রী তিন দিন ঘৃত, দুগ্ধ, দধি ও মৎস্য মাংস প্রভৃতি আহার করিবে না, চিত্তের আমোদ জনক পুষ্পমালা ও অলঙ্কার পরিবে না, এবং অগ্নিস্পর্শ করিবে না।

চিরকালই সমাজে পুরুষের সংখ্যা অধিক, এবং কন্যার সংখ্যা ন্যূন বাঞ্ছনীয় ছিল, কন্যার সংখ্যা অধিক হইলে যে সমাজে কি দুর্দ্দশা তাহা প্রত্যক্ষসিদ্ধ, অতএব কন্যার সংখ্যা যাহাতে অধিক না হয়, এজন্য রজস্বালার আহার ব্যবহারাদি সম্বন্ধে এত কঠোর নিয়ম নিবদ্ধ হইয়াছে. কেন না ঋতু অবস্থায় দুগ্ধ, ঘৃত মৎস্য মাংস (*) ও দুইবেলা আহার করিলে স্ত্রীলোকের শরীরে রক্ত বৃদ্ধি হইবে, অলঙ্কারও গন্ধদ্রব্য সেবনে. স্ফূর্ত্তি ও তেজোবৃদ্ধি হইবে, ইহাও রক্তাধিক্যেরই অনুকূল হইয়া কন্যা জন্মাইবে, অতএব সেই অবস্থায় কষ্টে সৃষ্টে জীবন রক্ষার মত কদর্য্যভাবে অল্পাহার,

* "আমিষ প্রতিসংহারাৎ প্রজা হ্যায়ুষ্মতী ভবেৎ।" (মহাভা অনুশা, ৫৭।১৭)

কষ্টে শয়ন ও অল্পনিদ্রা দ্বারা শরীর শুষ্ক ও দুর্ব্বল না করিলে হয়ত গর্ভ সঞ্চারই হইবে না, আর হইলেও পুরুষের স্বভাব ও আকৃতিবিশিষ্ট কন্যাই জন্মিবে, পুত্র নহে, তহা সমাজের পক্ষে নিতান্ত অনিষ্টকর।

যাজ্ঞবল্ক্য বলেন—

"এবং গচ্ছন্ স্ত্রীয়ং ক্ষামাং মঘাং মূলঞ্চ বর্জ্জয়েৎ।
সুস্থ ইন্দৌ সকৃৎ পুত্রং লক্ষণ্যং জনয়েৎ পুমান্॥" (আচা, ৮০)

অর্থ—(মিতাক্ষরামতে) পূর্ব্বোক্ত প্রকারে অর্থাৎ পুত্রার্থী যুগ্মদিনে ও কন্যার্থী অযুগ্ম দিনে আহারাদির সঙ্কোচে স্ত্রী ক্ষীণা হইলে চন্দ্রশুদ্ধে সুস্থ শরীরে সংবাস করিবে, কিন্তু মঘানক্ষত্র ও মূলানক্ষত্র ত্যাগ করিবে, তবেই সর্ব্বলক্ষণ সম্পূর্ণ সর্ব্বগুণাক্রান্ত পুত্র হইবে। যুগ্মরাত্রিতে ও যদি শোণিতের ভাগ অধিক হয়, তবে পুরুষের আকৃতি ও স্বভাব বিশিষ্ট কন্যা হইবে।

বীরপুত্র লাভের জন্য মহর্ষি চরক এইরূপ বহুউপদেশ দিয়াছেন—যথা— স্ত্রী যদি এইরূপ অভিলাষ কর যে, আমার উন্নতকায় গৌরবর্ণ সিংহবিক্রম শুদ্ধাচারী এবং সত্ত্ববহুলং পুত্র হউক, তবে সে ঋতুস্নানের পরদিবস হইতে পরিষ্কৃত যবমন্থ * মধুঘৃত মিশ্রিত করিয়া একবর্ণ বৎসবিশিষ্ট গাভীর দুগ্ধে আলোড়িত করিয়া রৌপ্য অথবা কাংস্যপাত্রে করিয়া প্রাতে মধ্যাহ্নে ও সায়ংকালে সপ্তাহ পান করিবে, এবং মধ্যাহ্নে শালিতণ্ডুলান্ন বা যবান্ন কেবল মধু অথবা কেবল গব্যদধি দ্বারা আহার করিবে। এবং তদবধি অপরাহ্নে পরিষ্কৃত শয্যায়শয়ন, পরিষ্কৃত আসনে উপবেশন পরিষ্কৃত পানীয়,-পান, উত্তম বস্ত্রে অলঙ্কার ধারণ ও বেশবিন্যাস করিবে। এবং প্রত্যহ প্রাতে অপরাহ্নে শ্বেতবর্ণ বৃহৎকায় শ্বেতচন্দন ভূষিত প্রচণ্ড

* সক্তুভিঃ সর্পিষাভ্যক্তৈঃ শীতবারি পরিপ্লুতৈঃ।
নাত্যচ্ছো নাতিসান্দ্রশ্চ মন্থ ইত্যভিধীয়তে॥"

বৃষ ও উৎকৃষ্ট বলিষ্ঠ অশ্ব মনোযোগ পূর্ব্বক দর্শন ও স্মরণ করিবে, হৃদয়-গ্রাহী সদালাপ করিবে, সর্ব্বদা আনন্দিত থাকিবে, সুন্দরাকৃতি সৌম্য-দর্শন সদনুষ্ঠানকারী পুরুষ ও স্ত্রীগণকে সর্ব্বদা দর্শন ও ধ্যান করিবে, কর্ণ দেহ নেত্র রসনা ও নাসিকার তৃপ্তিকর বিষয় সেবন করিবে, এবং সখীগণের সহিত প্রিয়বস্তু আহার ও সদ্ব্যবহার করিবে। এইরূপে সপ্তাহকাল অতীত করিয়া অষ্টম দিবসে স্বামীর সহিত একত্র অবগাহন স্নান করিয়া উৎকৃষ্ট বস্ত্রালঙ্কার ধারণ পূর্ব্বক আনন্দচিত্তে স্বামীর পরিচর্য্যা করিবে। *

"সত্ত্ববৈশিষ্যাকরাণি পুনস্তেষাং তেষাং প্রাণিনাং মাতাপিতৃসত্ত্বান্যন্তর্ব্বত্ন্যাঃ শ্রুতয়শ্চাভীক্ষ্ণং স্বোচিতঞ্চ কর্ম্মসত্ত্ববিশেষাভ্যাসশ্চেতি।" (চরক—শারীর ৮অঃ)

অর্থ—গর্ভারম্ভক শুক্র শোণিত সংযোগকালে মাতাপিতার মনে যেরূপ ভাব থাকে সে সমুদয় ভাব, এবং মাতা গর্ভাবস্থায় ইতিহাস পুরাণাদি যাহা শ্রবণকরে, সে সকল বিষয়ে যে যে ভাব থাকে, সেই সকল ভাব, জন্মান্তরের কর্ম্মানুসারে গর্ভস্থ সন্তানের সংস্কারবলে অভ্যাস হয়, গর্ভস্থ প্রাণীর তৎকালে পূর্ণজ্ঞান থাকে, ইহা বেদবাক্য †। গর্ভস্থ শিশু জরায়ুস্থ অল্প পরিমিত বায়ুই মাতার নিঃশ্বাস উচ্ছ্বাসের সঙ্গে অভ্যাসকরে, ভূমিষ্ঠ হইতে

---

* চরক সংহিতার শারীর অষ্টমাধ্যায়ে বীর পুত্র উৎপাদনের বিষয় বিস্তৃত ভাবে আছে সেজন্য সংস্কৃত ভাগ দেওয়া হইল না, যাঁহার ইচ্ছা হয়, মূলগ্রন্থ দেখিবেন। গর্ভিণী কিরূপ আহার করিলে কিরূপ পুত্র হয়, কিরূপ চিন্তা করিলে কিরূপ পুত্র হয়, ইত্যাদি অনেক বিষয় ঐ গ্রন্থে উপদিষ্ট হইয়াছে।

† মহর্ষি চরকের উপদেশের উদ্দেশ্য এই যে, চিন্তাশক্তি ও আন্তরিক ভাবের এমনই অনির্ব্বচনীয় মহিমা যে, পুত্রোৎপত্তির সময়ে পতিপত্নীর যেরূপ চিন্তা যেরূপ ভাব যেরূপ মনের গতি থাকে, পুত্র কন্যারও অবিকলই সেই প্রকৃতি সেই আকৃতি সেই সেই ভাব হইয়া থাকে।

না হইতে অনন্ত ব্রহ্মাণ্ডের অনন্ত বায়ুর আক্রমণে শিশু মূর্চ্ছিত প্রায় হইয়া কাঁদিতে থাকে, আর পূর্ব্ব জ্ঞান ও পূর্ব্ব সংস্কার ভুলিয়া গিয়া অজ্ঞানঘোরতমসাচ্ছন্ন হইয়া পড়ে। *

অতএব যাঁহারা দীর্ঘায়ু ধার্ম্মিক প্রবীর পুত্র পাইতে ইচ্ছা করেন, তাঁহাদের উক্ত রূপ ঋষিবাক্যানুসারে ব্যবহার করা একান্ত কর্ত্তব্য, অন্যথা কাকতালীয়ন্যায়ে পুত্র হইলে তজ্জন্য পশ্চাত্তাপ করা ব্যর্থ।

* "জাতঃ স বায়ুনা স্পৃষ্টো ন স্মরতি পূর্ব্বং জন্মমরণং কর্ম্ম চ শুভাশুভমিতি (নিরুক্ত, ১৮, ও গর্ভোপনিষৎ।)

এবং মহাভা, আদি, ৯০, ১৫। এবং শাক্তানন্দ, ১ম

ষষ্ঠোপদেশ।

স্বাস্থ্য ও দীর্ঘায়ুষ্কর দৈনিক কৃত্য।

স্বাস্থ্য ও দীর্ঘায়ু সম্বন্ধে ঋষিগণের এই অভিপ্রায়—

"ধর্ম্মার্থকামমোক্ষাণাং, প্রাণাঃ সংস্থিতিহেতবঃ।
তান্ নিঘ্নতা কিং ন হতং রক্ষতা কিং ন রক্ষিতং॥"

অর্থ—ধর্ম্ম, অর্থ, কামনাপূরণ, মুক্তি এই সমস্তই একমাত্র প্রাণ থাকিলেই সম্পন্ন হইতে পারে, এমন দুর্লভ মহোপকারী প্রাণকে যাহারা অবহেলায় নষ্ট করে, তাহারা ধর্ম্ম, অর্থ, অভিপ্রেত বিষয় এবং মোক্ষও তৎসহ হারায়; আর যাহারা সাধারণ একটু যত্ন করিয়া এই প্রাণকে রক্ষা করে, তাহারা সে সমস্তই রক্ষা করিতে সমর্থ হয়।

সেই "সাধারণ একটু যত্ন"টাই প্রাত্যহিক ক্রিয়া—অর্থাৎ মলমূত্র ত্যাগ, স্নান, আহার, বিহার, সংসর্গ ইত্যাদি। ইহা সর্ব্বসাধারণেই করিয়া থাকে, কিন্তু উহা দেশ কাল পাত্রানুসারে ও ঋষিবাক্যানুযায়ী করিলেই অনায়াসে নীরোগ ও দীর্ঘায়ু হওয়া যায়। ইহা অর্থসাধ্যও নহে, শ্রমসাধ্যও নহে, কেবল একটু আলস্যমাত্র ত্যাগ করিলেই হয়।

একটু বিবেচনা করিলেই বুঝিতে পারা যায় যে—মন্বাদি ধর্ম্মশাস্ত্রে উপরে পরব্রহ্ম হইতে নীচে তৃণাদি পর্য্যন্ত—লৌকিক সকল বিষয়েরই তন্ন তন্ন করিয়া ঋষিরা বলিয়াছেন, কিন্তু রোগের বিষয়টা তেমন বিশেষরূপে বলেন নাই, অথচ দেখিতে পাওয়া যায় রোগটা সর্ব্বশরীর সাধারণ, রোগসম্বন্ধে তাঁহাদের না বলার কারণ এই রূপ বোধ হয় যে, ধর্ম্মশাস্ত্রানুসারে দৈনিক আচার আহার বিহার সৎসংসর্গ ইত্যাদি কার্য্য করিলে স্বভাবতঃই রোগ হইবে না, সুতরাং নিষ্প্রয়োজন বিধায়ই

রোগের বিষয় বলেন নাই, সেজন্য স্বাস্থ্য নৈরুজ্য ও আয়ুষ্যের কারণ প্রাতে গাত্রোত্থান হইতে রাত্রে শয়ন পর্য্যন্ত সমস্ত দৈনিক ক্রিয়াই উপদিষ্ট হইয়াছে ইহার প্রত্যেকই শাস্ত্র ও যুক্তি যুক্ত ;—

প্রাতঃকৃত্য।

অতি প্রত্যূষে গাত্রোত্থান করিয়া দেবগণ, ঋষিগণ ও মহাপুরুষ গণের নাম স্মরণ করিবে * তাহাতে দেব ঋষি ও মহাপুরুষগণের পবিত্র জীবনচরিত স্মরণ হইবে, এবং আমরাও ঐরূপ ব্যবহার করিলে আর আমাদের কোন রূপ বিপদ্ হইবে না, সুখে সুখে আগাম দিনটা কাটিয়া যাইবে। তৎপরে শয্যায় পদ্মাসনে উপবিষ্ট হইয়া সহস্রার

* ব্রহ্মা মুরারি স্ত্রিপুরান্তকারী, ভানুঃ শশী ভূমিসুতো বুধশ্চ।
গুরুশ্চ শুক্রঃ শনী রাহুকেতূ, কুর্ব্বন্তু সর্ব্বে মম সুপ্রভাতং॥
অহল্যা দ্রৌপদী কুন্তী, তারা মন্দোদরী তথা।
পঞ্চ কন্যাঃ স্মরেন্নিত্যং সৌভাগ্যং তস্য বর্দ্ধতে॥
পুণ্যশ্লোকো নলো রাজা, পুণ্যশ্লোকো যুধিষ্ঠিরঃ।
পুণ্যশ্লোকা চ বৈদেহী, পুণ্যশ্লোকো জনার্দ্দনঃ॥
জানামি ধর্ম্মং ন চ মে প্রবৃত্তি, র্জানাম্যধর্ম্মং ন চ মে নিবৃত্তিঃ।
ত্বয়া হৃষীকেশ হৃদি স্থিতেন, যথা নিযুক্তোঽস্মি তথা করোমি॥
লোকেশ চৈতন্যময়াধিদেব, শ্রীকান্ত বিষ্ণো ভবদাজ্ঞয়ৈব।
প্রাতঃ সমুত্থায় তব প্রিয়ার্থং সংসারযাত্রামনুবর্ত্তয়িষ্যে॥
কার্ত্তবীর্য্যার্জ্জুনো নাম রাজা বাহুসহস্রধৃক্।
যেন সাগরপর্য্যন্তা ধনুষা নির্জ্জিতা মহী॥
যস্য সংকীর্ত্তয়েন্নাম কল্যমুত্থায় মানবঃ।
ন তস্য বিত্তনাশঃ স্যান্নষ্টঞ্চ লভতে পুনঃ॥
কর্কোটকস্য নাগস্য দময়ন্ত্যা নলস্য চ।
ঋতুপর্ণস্য রাজর্ষেঃ কীর্ত্তনং কলিনাশনং॥
প্রভাতে যঃ স্মরেন্নিত্যং দুর্গাদুর্গাক্ষরদ্বয়ং।
আপদস্তস্য নশ্যন্তি তমঃ সূর্যোদয়ে যথা॥

পদ্মে গুরুচিন্তা করিয়া ও গুরুমন্ত্র দশবার জপ করিয়া গুরুকে প্রণাম করিবে *। পরে "প্রিয়দত্তায়ৈ ভুবে নমঃ" "কুলবৃক্ষায় নমঃ" বলিয়া পৃথিবীকে নমস্কার পূর্ব্বক দক্ষিণ চরণ পৃথিবীতে অর্পণ করিবে। †

তৎপরে শালগ্রামাদি দেবতা প্রণাম ও তুলসী প্রণাম করিয়া, বহির্গত হইয়া ব্রাহ্মণ, ভাগ্যবতী স্ত্রী, অগ্নি, গো প্রভৃতি দর্শন করিবে। পাপিষ্ঠ, রুগ্না, মদ্য, উলঙ্গ ও ছিন্ন-নাসিক ব্যক্তিকে দেখিবে না, ইহারা কুপ্রভাত সূচক। ‡ দিবসে প্রাতে ও সায়ংকালে উত্তর মুখ এবং রাত্রিতে দক্ষিণ মুখে পাদুকা পরিত্যাগ পূর্ব্বক মলমূত্র ত্যাগ করিবে, কিন্তু ছায়া বা যে স্থানে সূর্য্যরশ্মি প্রবিষ্ট না হয়, এবং অন্ধকারে মলমূত্র ত্যাগে দিগের নিয়ম নাই, ইহা মনু প্রভৃতির মত। মহর্ষি বেদব্যাস হেতু নির্দ্দেশ পূর্ব্বক বলেন—(আহ্নিক আচার তত্ত্বে মহাভারত।)

"প্রত্যাদিত্যং প্রতিজলং প্রতিগাঞ্চ প্রতিদ্বিজং।
মেহন্তি যে চ পথিষু তে ভবন্তি গতায়ুষঃ॥"

অর্থ—যাহারা সূর্য্য জল গো ও ব্রাহ্মণের অভিমুখী হইয়া এবং পথে মলমূত্র ত্যাগ করে, তাহাদের আয়ুর পরিমাণ কমিয়া যায়।

* "অখণ্ডমণ্ডলাকারং ব্যাপ্তং যেন চরাচরং।
তৎপদং দর্শিতং যেন তস্মৈ শ্রীগুরবে নমঃ॥"
"ব্রহ্মানন্দং পরমসুখদং কেবলং জ্ঞানমূর্ত্তিং।
দ্বন্দ্বাতীতং গগণসদৃশং তত্ত্বমস্যাদিলক্ষ্যং॥
একং নিত্যং বিমলমচলং সর্ব্বদা সাক্ষিভূতং।
ভাবাতীতং ত্রিগুণরহিতং সদ্গুরুং তং নমামি॥

† "সমুদ্রমেখলে দেবি! পর্ব্বতস্তনমণ্ডলে।
বিষ্ণুপত্নি নমস্তুভ্যং পাদস্পর্শং ক্ষমস্ব মে॥"

‡ দৈনিক কৃত্য সম্বন্ধে অশেষবিশেষ আহ্নিকাচার তত্ত্বাদি-পুস্তক বা কর্ম্মনিষ্ঠ ব্রাহ্মণ হইতে জ্ঞাতব্য।

যে পৃথিবীর ফল শস্য আহার করা হয়, ঐ মলটাও পৃথিবীতেই ত্যাগ করা উচিত, তাহাতেই পৃথিবীর পোষণ হইবে, নচেৎ পৃথিবী ক্ষয় প্রাপ্ত হইবে। কিন্তু সাক্ষাৎ পৃথিবীতে নহে, তৃণাদির উপরে মল ত্যাগ করিয়া পুনঃ তাহা মৃত্তিকার দ্বারা আচ্ছাদন করিবে, এজন্যই জলে মলত্যাগ করা নিষিদ্ধ। (মনু ৪, ৪৫—৫২,)

জল শৌচের পরে, প্রস্রাব দ্বারে একবাব, মল দ্বারে তিনবার মৃত্তিকা শৌচ করিবে, তৎপর প্রথমে কেবল বামহস্ত দশবার মৃত্তিকা দ্বারা ধৌত করিবে, পরে দুই হস্ত সাত বার মৃত্তিকা দ্বারা পুনঃ পুনঃ ঘর্ষণ পূর্ব্বক ধৌত করিবে, উভয় করপৃষ্ঠে সাতবার, উভয় পাদতলে তিনবার মৃত্তিকা ঘর্ষণ পূর্ব্বক ধৌত করিবে। তৎপরে তৃণাদি দ্বারা তিন বার নখ শোধন করিয়া পাদতল উত্তমরূপে প্রক্ষালন করিবে। শূদ্রের মৃত্তিকা শৌচে বারের নিয়ম নাই, যাহাতে দুর্গন্ধ দূর হয় তন্মাত্র করিবে।

অতঃপর মুখ প্রক্ষালন—

"আয়ুর্ব্বলং যশো বর্চ্চঃ প্রজাঃ পশুবসূনি চ।
ব্রহ্মপ্রজ্ঞাঞ্চ মেধাঞ্চ তন্নো ধেহি বনস্পতে॥"

এই মন্ত্রোচ্চারণের সহিত আয়ু ও বলপ্রভৃতি প্রার্থনা পূর্ব্বক, কদম্ব নিম্বাদি কাষ্ঠ দ্বারা দন্ত ধাবন করিবে। অমাবস্যা, ষষ্ঠী, নবমী ও প্রতিপদ তিথিতে; রবিবারে, দক্ষিণ মুখে, এবং পীড়িত ব্যক্তি দন্তধাবন করিবে না *। উক্ত নিষিদ্ধ তিথি ও বারে দ্বাদশবার জল গণ্ডূষ দ্বারা মুখ প্রক্ষালন করিলেই মুখশুদ্ধি সম্পন্ন হয় জানিবে।

---

* "কদম্ববিল্বখদিরকরবীরবটার্জ্জুনাঃ।
তগরং বৃহতী জাতী করঞ্জার্কাতিমুক্তকাঃ॥

কপোলদ্বয় স্ফীত করিয়া জলে মুখ এমন ভাবে পরিপূর্ণ করিবে যে, মুখকুহরে পূরিত জলের চাড়ে যেন চক্ষুর ক্ষুদ্র ক্ষুদ্র শিরাগুলিতে চাড লাগিয়া অভ্যন্তরের ময়লাগুলি বাহিরে চক্ষুর কোণে আসিয়া জমা হয়, তৎপরে চক্ষু প্রকাশ করিয়া বামচক্ষুতে মধ্যবেগে জলের ঝাঁপটা নয় বার দক্ষিণ চক্ষুতে নয়বার ও ভ্রূমধ্যে নয় বার জলের ঝাপ্‌টা দিয়া মুখের জলটা ফেলিয়া দিবে।

পরে সমর্থ ব্যক্তি যথা বিধি স্নান করিবে। অসমর্থ ব্যক্তি আর্দ্র গাত্র-মার্জ্জনী দ্বারা আপাদমস্তক মার্জ্জন করিয়া মন্ত্রস্নানান্তে প্রাতঃসন্ধ্যা করিবে *। যদি বিশেষ কার্য্যানুরোধ থাকে, তবে প্রাতঃক্রিয়ার পরেই মধ্যাহ্নিক ক্রিয়া ও ভোজনাদি অগত্যা করিবে। মনু বলেন—(৪।৯৪) "ঋষয়ো দীর্ঘসন্ধ্যত্বাদ্দীর্ঘমায়ুরবাপ্নুয়ুঃ॥" অর্থ—ঋষিগণ দীর্ঘসন্ধ্যা করিতেন, সেজন্য নীরোগ দীর্ঘায়ু লাভ করিয়াছিলেন।

জম্বূমধূকাপামার্গশিরসোড়ুম্বুরাসনাঃ।
ক্ষীরিকণ্টকবৃক্ষাদ্যাঃ প্রশস্তা দন্তধাবনে॥
গুবাকতালহিন্তালখর্জ্জূরৈঃ কেতকীযুতৈঃ।
নারীকেলেন তাড্যা চ ন কুর্য্যাদ্দন্তধাবনং॥
অমাবস্যাসু ষষ্ঠ্যাঞ্চ নবম্যাং প্রতিপদ্যপি।
বর্জয়েদ্দন্তকাষ্ঠন্তু তথৈবার্কস্য বাসরে॥
মৃত্যুঃ স্যাদ্দক্ষিণাস্যেন পশ্চিমাস্যেন চাময়ঃ।
পূর্ব্বাস্যেনোত্তরাস্যেন সম্পদো দন্তধাবনাৎ॥
দন্তানূর্দ্ধমধো ঘৃষ্ট্বা প্রাতঃ সিঞ্চেচ্চ লোচনে।
তোয়পূর্ণমুখংকৃত্বা চক্ষুরাশু প্রসীদতি॥
(ইত্যাদি বহুতর শব্দকল্পদ্রুমে দ্রষ্টব্য।)

* প্রাতঃসন্ধ্যাঙ্গ প্রাণায়াম যথারীতি অবশ্য কর্ত্তব্য, ইহার বিশেষ বিবরণ মধ্যাহ্ন সন্ধ্যায় বলা যাইবে।

প্রাতঃ সন্ধ্যা শেষ করিয়া কেশপ্রসাধন, দর্পণাবলোকন পূর্ব্বক দধি ও গো দুর্ব্বাক্ষত প্রভৃতি মঙ্গল দ্রব্য * দর্শন ও স্পর্শন করিয়া পুষ্পাহরণার্থ বহির্গত হইবে। শত্রু, পতিত, বহুশত্রুতে আক্রান্ত, কুটিলমতি, বন্ধ্যা, বন্ধ্যাভর্ত্তা, নীচলোক, মিথ্যাবাদী, অমিতব্যয়শীল, পরাপবাদ কারী এবং শঠ ব্যক্তির সহিত সংসর্গ বা বন্ধুত্ব করিবে না, এক হস্তে নেত্র স্পর্শ করিবে না, করিলে চক্ষুর তেজ নষ্ট হয়, মুখ আচ্ছাদন না করিয়া জৃম্ভন বা উচ্চহাস্য করিবে না এবং কাসিবে না, সশব্দে অধোবায়ু ত্যাগ করিবে না, নখে নখ বাজাইবে না, নিরর্থক তৃণচ্ছেদ করিবে না, মৃত্তিকায় অঙ্কন করিবে না, এবং দন্তে শ্মশ্রু কাটিবে না। †

প্রথম যামার্দ্ধ কৃত্য।

অধ্যয়ন, অধ্যাপন, লিখন ও পঠন ইত্যাদি সাংসারিক আবশ্যক কর্ম্ম করিবার জন্য এই সময় নির্দ্দিষ্ট করিয়া রাখিতে শাস্ত্রের আদেশ।

দ্বিতীয় যামার্দ্ধ কৃত্য।

লোকেস্মিন্ মঙ্গলান্যষ্টৌ, ব্রাহ্মণো গৌর্হুতাশনঃ।
হিরণ্যং সর্পিরাদিত্য, অপো রাজা তথাষ্টমঃ॥
আচান্তস্তু ততঃ কুর্য্যাৎ পুমান্ কেশপ্রসাধনং।
(ইত্যাদি আহ্নিকতত্ত্বে জ্ঞাতব্য।)

বিদ্বিষ্টপতিতোন্মত্তবহুবৈরাতিকূটকৈঃ।
বুধো মৈত্রীং ন কুর্ব্বীত নৈকং পন্থানমাশ্রয়েৎ॥
বন্ধকী-বন্ধকীভর্ত্তৃ-ক্ষুদ্রাকানৃতকৈঃ সহ।
তথাতিব্যয়শীলৈশ্চ পরিবাদরতৈঃ শঠৈঃ॥
নাসম্বৃতমুখো জৃম্ভেৎ হাসকাসৌ বিবর্জয়েৎ।
নোচ্চৈর্হসেৎ সশব্দঞ্চ ন মুঞ্চেৎ পবনং বুধঃ॥
নখান্ন বাদয়েৎ ছিন্দ্যাৎ ন তৃণং ন মহীং লিখেৎ।
ন শ্মশ্রুভক্ষয়েন্নোষ্ঠং মৃদ্নীয়ান্ন বিচক্ষণঃ॥
চক্ষুঃ পরিহিতাকাঙ্ক্ষী ন স্পৃশেদেকপাণিনা॥"
(আহ্নিকতত্ত্বে বিষ্ণুপুরাণ।)

তৃতীয় যামার্দ্ধে মাতা, পিতা, গুরু, ভার্য্যা, প্রজা, দীন, দুঃখী, আশ্রিত, অতিথি ও অভ্যাগতাদির পোষণের জন্য অনিন্দনীয় অধর্ম্মের স্পর্শশূন্য অর্থাগমের চেষ্টা করিবে। *

তৃতীয় যামার্দ্ধ কৃত্য।

সর্ব্বাঙ্গে উত্তমরূপে বিশেষতঃ শিরে কর্ণে ও পাদতলে তৈল মর্দ্দন করিবে, চতুর্দ্দশী, অষ্টমী অমাবস্যা, পূর্ণিমা, সংক্রান্তি, রবি, বৃহস্পতি, মঙ্গল ও শুক্রবারে তিল তৈল নিষিদ্ধ। সর্ষপতৈল কুলেলতৈল বা পক্কতৈল সকলতিথি ও সকল বারেই ব্যবহার করা যাইতে পারে। †

চতুর্থ যামার্দ্ধ কৃত্য।

তৎপরে যথাবিধি স্নান করিবে। স্রোতেরপ্রবাহে স্রোতের অভিমুখে, অন্যত্র সূর্য্যাভিমুখে স্নান করিবে, এবং নদীর প্রথম প্রবাহের (জোয়ার) জলে স্নান সর্ব্বথা নিষিদ্ধ। ‡ অঙ্গের তৈলাপসারণের জন্য

* পরিত্যজেদর্থকামৌ যৌ স্যাতাং ধর্ম্মবর্জিতৌ।
ধর্ম্মমপ্যসুখোদর্কং লোকবিক্রুষ্টমেব চ॥ (মনু। ৪। ১৭৬॥)

অর্থ—যাহাতে অধর্ম্ম হয় এমন অর্থ ও কাম পরিত্যাগ করিবে। অপর যে ধর্ম্ম একান্ত সমাজ বিরুদ্ধ হয়, তেমন ধর্ম্মও করিবে না।

"ন্যায়াগতং ধনঞ্চৈব ন্যায়েনৈব বিবর্দ্ধয়েৎ।
ন ধর্ম্মার্থী নৃসংশেন কর্ম্মণা ধনমর্জয়েৎ।
শক্তিতঃ সর্ব্বকর্ম্মাণি কুর্য্যান্নর্দ্ধিমনুস্মরেৎ॥"
(শান্তি, মোক্ষ, ২৯২,৪ ৫)

† "অভ্যঙ্গমাচরেন্নিত্যং স জরাশ্রমবাতহা।
শিরঃ-শ্রবণপাদেষু তং বিশেষেণে শীলয়েৎ॥"
"অতৈলং সার্ষপংতৈলং যত্তৈলং পুষ্পবাসিতং।" ইত্যাদি।

‡ "স্রোতসাং সংমুখো মজ্জেদ্ যত্রাপঃ প্রবহন্তি বৈ।
স্থাবরেষু গৃহে চৈব সূর্য্যসংমুখ আপ্লবেৎ॥"
"অগ্রাহ্যাস্তাগতা আপো নদ্যাঃ প্রথমবেগিতাঃ॥"

বল্মীকাদি নিষিদ্ধ মৃত্তিকাব্যতীত * পবিত্র মৃত্তিকা দ্বারা মন্ত্রপূর্ব্বক তৈলাক্ত গাত্রশোধন করিবে।

এস্থলে হিন্দুর শরীরে মৃত্তিকাশোধন স্বাস্থ্যকর? না অম্লক্ষার, (সাবান) শোধন স্বাস্থ্যকর? ইহা বিবেচ্য—সাবানে শরীরটা অতিরিক্ত পরিমাণে পরিষ্কৃত হয়, মৃত্তিকায় তেমন হয় না। পরিষ্কারটা গ্রীষ্ম প্রধানদেশে বা নিষ্ঠাবান্ হিন্দু অর্থাৎ যাঁহারা একমাত্র নামাবলী বা চাদর অথবা অনাবৃত শরীরে সন্ধ্যা আহ্নিক করেন, বা থাকেন, অথবা গ্রীষ্ম কালে অন্তরে বাহিরে উত্তপ্ত হইয়া অনাবৃত শরীরে ব্যজন বায়ু সেবন বা শয়ন বা পর্য্যটন করেন, তাঁহাদের পক্ষে সাবান ব্যবহার স্বাস্থ্যকর হইতে পারে না। কেন না—

মৃত্তিকা ও সাবানের গুণাগুণ।

বৈদ্য শাস্ত্রে আছে—"মলায়ত্তঞ্চ জীবনং"

"জীবস্তিষ্ঠতি সর্ব্বস্মিন্ বীজে রক্তে মলেঽপি চ।"

প্রাকৃতিক নিয়মে এই মানব দেহে দ্বাদশ প্রকার মল অবস্থিত আছে † এই মলগুলি দৈহিক বিষবিশেষ, উহা দেহ রক্ষার বিশেষ কারণ, দেহ রক্ষায় যতটুকু মলের প্রয়োজন, তদতিরিক্ত মলই বিরেচন দ্বারা মূত্র বিষ্ঠা ও শ্লেষ্মাদি রূপে বহির্গত হয়, তাহাতেই মানব সুস্থ থাকে, তন্মধ্যে একটা মলও যদি এককালে সম্পূর্ণরূপে বিনষ্ট হইয়া যায়, তবে মানব মুহূর্ত্তকালও জীবিত থাকিতে পারে না, যেমন "ওলাউঠা" রোগে

* "মৃত্তিকাঃ সপ্ত ন গ্রাহ্যা বাল্মীকে মূষিকোৎকরে।
অন্তর্জ্জলে শ্মশানে চ বৃক্ষমূলে সুরালয়ে।
পরস্নানাবশিষ্টে চ শ্রেয়ঃকামৈঃ সদা নরৈঃ॥ (আহ্নিকতত্ত্বে)

† "বসা শুক্রমসৃঙ্ মজ্জা মূত্র বিট্ ঘ্রাণকর্ণবিট্।
শ্লেষ্মাশ্রুদূষিকা স্বেদো দ্বাদশৈতে মলা নৃণাং॥"
(অত্রি ৩১। মনু ৫। ১৪৫)

রোগীর মলাশয়ে একটুকু মাত্র বিষ্ঠা সঞ্চিত থাকে না বলিয়াই মৃত্যু অনিবার্য্য হয়, এইরূপে অন্যান্য মল সম্বন্ধেও বুঝিতে হইবে।

মানবের শরীর হইতে যে ঘর্ম্ম নামক একটা মল নির্গত হয়, তদ্দ্বারা সর্ব্বদাই রোমকূপ গুলি রুদ্ধ থাকে, তাহা না থাকিলে বাহিরের দূষিত বায়ু বা দূষিত বিবিধ বিষাক্ত পরমাণু সেই রোমছিদ্রে অভ্যন্তরে প্রবিষ্ট হইয়া অনিষ্ট উৎপাদন করিয়া থাকে। এজন্যই আর্য্যজাতির পক্ষে সাবান মাখাটা উচিত বলিয়া বোধ হয় না, কেননা সাবান মাখিলেই অম্লক্ষার পদার্থের আকর্ষণে এক কণিকা মাত্র ও মল শরীরে বা রোমকূপে থাকিতে পারে না, স্নানের গুণে তখনই আর ঘর্ম্ম যোগায় না, সুতরাং তখন ৫৪ কোটী ৬৭ লক্ষ ৫০ হাজার রোমের ছিদ্র গুলি, এবং ৩ লক্ষ শ্মশ্রু ও কেশ মূল * একেবারে ফাঁকা হইয়া যায়, তৎক্ষণাৎ সেই অনাবৃত শরীরের রোমছিদ্র-পথে দূষিত বায়ু ও বিবিধ দূষিত বিষাক্ত পরমাণু প্রবিষ্ট হইয়া মানবকে অসুস্থ করিয়া থাকে।

কিন্তু যাহারা শীতপ্রধান দেশবাসী এবং অহিন্দু, তাহারা সাবান ব্যবহার করিয়া, অমনি পাদাগ্র হইতে কণ্ঠ পর্য্যন্ত হস্তপদান্তরূপ পরিচ্ছদ একটার উপরে একটা স্তরে স্তরে জবরজঙ্গ ভাবে পরিধান করে, তাহাদের সেই ফাঁকা রোমছিদ্রে দূষিত বায়ু বা বিষাক্ত পরমাণু প্রবিষ্ট হইতে অবসরই পায়না, সুতরাং তাহাদের পক্ষে সাবান মাখাটা অনুপকারী নাও হইতে পারে। যে সকল হিন্দু ভদ্রলোক ইংরেজী ধরণে চলেন, তাঁহাদের পক্ষে কথঞ্চিৎ সাবান মাখা খাটিলেও, ভারতীয়

"রোম্নাং কোট্যস্তু পঞ্চাশচ্চতস্রঃ কোট্য এব চ।
সপ্তষষ্টিস্তথা লক্ষাঃ সার্দ্ধাঃ স্বেদায়নৈঃ সহ॥"
(যাজ্ঞবল্ক্য, প্রায়শ্চিত্তাধ্যায়, ১০৪ শ্লোক।)

গৃহলক্ষ্মী বর্গের—একবস্ত্রাবৃত মাতৃ বর্গের সাবান ব্যবহার অতীব গর্হিত। *

আমাদের হিন্দুগণের স্নানের সময় এজন্য মৃত্তিকা বিশেষ উপকারের কেননা উহাতে অম্লক্ষার পদার্থ না থাকায় রোমকূপে 'আবশ্যকীয় আবরণ ময়লা টুকু থাকিয়াই যায় বলিয়া, দুষ্ট বায়ু ও দুষ্ট পরমাণু শরীরে প্রবেশ করিতে পারে না। যদিও কোনও কোনও দুই দশটি রোমকূপের আবরণ ময়লা উঠিয়া যায়, তাহা ও সুস্নিগ্ধ সদ্‌গন্ধ কর্পূর কুঙ্কুম (জাফরাণ) মৃগমদ মিশ্রিত চন্দনানুলেপনে, অথবা কেবল চন্দন বা ভস্মানুলেপনে রুদ্ধ হইয়া যায়, এবং দূষিত বায়ুও উক্ত চন্দনানুলিপ্ত দেহস্পর্শে পূত হইয়া স্বাস্থ্যের অনুকূলই হয়, এজন্যই স্নানানন্তর অনুলেপনের বিধি শাস্ত্রে নিবদ্ধ হইয়াছে। স্নান করিয়া রুদ্রাক্ষমালা ধারণ করিলে দুষ্টবায়ু ও দুষ্ট পরমাণু শুদ্ধ হইয়া যায়; সংস্কারপূত রুদ্রাক্ষ শরীরে থাকিলে বসন্তাদি সংক্রামক ব্যাধিও স্পর্শ করিতে পারে না। † এজন্য মন্ত্রপূত মৃত্তিকা শোধনই ভারতবর্ষীয় হিন্দুর পক্ষে শ্রেয়ঃ।

অনন্তর নিজের ধৌতবস্ত্র বা তসরবস্ত্র পরিধান পূর্ব্বক মধ্যাহ্ন সন্ধ্যার অনুষ্ঠান করিবে, অন্যের পরিহিত বস্ত্র ও গামছা ব্যবহার করিবে না, ইহাই বিষ্ণুধর্ম্মোত্তরে উক্ত আছে—

বস্ত্রের গুণাগুণ।

"বস্ত্রং নান্যধৃতং ধার্য্যং ন রক্তং মলিনং তথা।"
"উপানহঞ্চ বাসশ্চ ধৃতমন্যৈর্ন ধারয়েৎ॥"

* ইহা মহাত্মা বিচক্ষণাগ্রণী জষ্টিস শ্রীযুক্ত গুরুদাস বন্দোপাধ্যায় মহাশয়ের উপদেশ।

† বৈদ্যক রাজনির্ঘণ্ট দ্রষ্টব্য। স্নান সম্বন্ধে বেদব্যাস বলেন—
"গুণা দশ স্নানশীলং ভজন্তে, বলং রূপং স্বরবর্ণপ্রশুদ্ধিঃ।
স্পর্শশ্চ গন্ধশ্চ বিশুদ্ধতা চ শ্রীঃ সৌকুমার্য্যং প্রবরাশ্চঃ নার্য্যঃ।"
(মহাভা, উদ্যো, ৪৭, ৩৪)

উপবীতমলঙ্কারং স্রজং করকমেব চ॥" (মনু, ৪, ৬৬)

অর্থ—অন্যের পরিহিত বস্ত্র পরিধান করিবে না, অন্যের ব্যবহৃত জুতা, বস্ত্র, যজ্ঞোপবীত, অলঙ্কার, মালা এবং জলপাত্র ব্যবহার করিবে না, করিলে সংক্রামক রোগ জন্মে।

যখন অন্যের ব্যবহৃত বস্ত্র পর্য্যন্ত সংক্রামক দোষে দূষিত, তখন অন্যের ব্যবহৃত বিষাক্ত লালাপূর্ণ হুঁকায় তামাক খাওয়া এবং অন্যের মুখের চুরুট খাওয়া যে কত দূষণীয় তাহা বিবেচনা করা উচিত।

সর্ব্ববেদ পুরাণ স্মৃতি ও তন্ত্রাদি শাস্ত্র সন্ধ্যার নিত্যতা সমস্বরে কীর্ত্তন করিয়াছেন, এসম্বন্ধে প্রমাণ উদ্ধৃত করা নিষ্প্রয়োজন।

সন্ধ্যারগুণাগুণ।

সন্ধ্যা রহিত ব্রাহ্মণের জীবন বৃথা; দয়া, দাক্ষিণ্য, সত্যবাদিতা, দান, শৌচ, সন্তোষ, পরোপকার, তীর্থস্নান, দেবকার্য্য, পিতৃকার্য্য ও লৌকিক কার্য্য সমস্তই বৃথা। সন্ধ্যাহীন ব্রাহ্মণ চণ্ডাল চর্ম্মকার হইতেও অপবিত্র, ইহা সমস্ত শাস্ত্রেরই মত, দ্বিপক্ষ সন্ধ্যাবর্জ্জিত হইলে ব্রাহ্মণ শূদ্রজাতিতে পরিণত হয়। সন্ধ্যার ঐহিক, এবং পারত্রিক লৌকিক অলৌকিক মহোপকারিতার হেতু নির্দ্দেশ করা এই ক্ষুদ্র পুস্তকায় অসম্ভব। উহা বিশেষ প্রণিধান গম্য, এবং তপঃস্বাধ্যায়-নিরত ব্রাহ্মণেরই শ্রোতব্য ; অপরের ধারণায় তাহা আসিতেই পারে না।

"সন্ধ্যা" অর্থ—(সম্যক্ ধ্যায়তে যা সা সন্ধ্যা।) সম্যক্‌রূপে ধ্যানের বিষয়, একাগ্রতার লক্ষ্য। প্রথমত এই সন্ধ্যা সৃষ্টিকর্ত্তা ব্রহ্মারই ধ্যানে উপস্থিত হন, ব্রহ্মাই সন্ধ্যার আবিষ্কর্ত্তা, তাই ব্রহ্মা হইতেই প্রথমে সন্ধ্যা জন্মেন—সন্ধ্যা ব্রহ্মার কন্যা। ব্রহ্মা যতই চিন্তা করিতে আরম্ভ করিতে লাগিলেন, ততই উত্তরোত্তর অধিকাধিক অপূর্ব্ব অপূর্ব্ব অর্থ ব্রহ্মার হৃদয়ে আবির্ভূত হইতে লাগিল, সন্ধ্যার ভিতরে তাদৃশ সুন্দর আশ্চর্য্য অর্থ অনুভব করিয়া ব্রহ্মা যেন আনন্দে

উন্মাদ হইলেন, সন্ধ্যার সৌন্দর্য্যে মুগ্ধ হইয়া ব্রহ্মা এতই সন্ধ্যার প্রতি অনুরক্ত হইলেন যে, যেন মুহূর্ত্তকালও সন্ধ্যা হইতে বিরত হইতে পারিলেন না। যুগ যুগান্তর চলিয়া যাইতে লাগিল, সন্ধ্যার উপাসন রসে ব্রহ্মা মাতোয়ারা, উন্মাদ, এমন কি ? নিজের কর্ত্তব্য সৃষ্টিকর্ম্ম ভুলিয় অহোরাত্র সন্ধ্যার প্রতিই অনুরক্ত, পরে ভগবান্ শঙ্করের উপদেশ ও ভয়ে প্রাতঃ, মধ্যাহ্ণ ও সায়াহ্ণ এইরূপ সময় বিভাগ করিয়া ব্রহ্মা সন্ধ্যোপাসনায় রত হইলেন, অপর সময় সৃষ্টিকার্য্য করিতে লাগিলেন।

তদবধি ব্রহ্মা সর্ব্ব বেদের সারভূত সন্ধ্যাকে মনে করিয়া নিজের প্রিয়পুত্র মরীচ্যাদি ঋষিদিগকে সন্ধ্যোপাসনায় দীক্ষিত করিলেন। ঋষিগণও বুঝিলেন, সন্ধ্যাই ব্রাহ্মণের ব্রাহ্মণত্ব, সন্ধ্যাই ব্রাহ্মণের জাতি, সন্ধ্যাই ব্রাহ্মণের জীবন-সর্ব্বস্ব, তাই ব্রাহ্মণঃ ধন প্রাণ মান সুখ শান্তি, এমন কি ধর্ম্ম অর্থ কাম ও মোক্ষ পর্য্যন্ত তৃণতুল্য মনে করিয়া উপেক্ষা করিতে পারেন, কিন্তু সন্ধ্যা কিছুতেই পরিত্যাগ করিতে পারেন না। এমন কি এক বেলা সন্ধ্যা পণ্ড হইলে, সেই অপরাধের মোচনার্থ দশবার গায়ত্রী জপরূপ প্রায়শ্চিত্তাত্মক দণ্ড স্বীকার করিতে হয়। ক্রমে ত্রিসন্ধ্যা বাদ দিলে ব্রাহ্মণ শূদ্রজাতিতে পরিণত হয়। ত্রিপক্ষ সন্ধ্যা না করিলে মহাপ্রায়শ্চিত্তার্হ চণ্ডাল জাতিতে পরিণত হয়। (বিষ্ণু, পু ৩।১৮,৩৭—)

এখন বিচার্য্য হইতে পারে যে, সেই সন্ধ্যার এত সৌন্দর্য্যটা কি ? বরং অনেকে ভাবিতে বা বলিতে পারেন যে—সন্ধ্যার আবার এত সৌন্দর্য্য এত উৎকৃষ্ট ভাব অথবা মনোহর অর্থ কি আছে ? বরং এই মাত্রইত বুঝিতে পারা যায় যে, "মরুদেশোৎপন্ন জল আমার মঙ্গল করুন, আর কূপোদক, সমুদ্রোদক আমাদের মঙ্গল করুন," এই প্রকারইত সন্ধ্যার অর্থ, ইহার আবার বাহাদুরী কি ! এইরূপ ভাবা উচিত নহে।

আদি সৃষ্টিতে ব্রহ্মা চিন্তা করিতে করিতে দেখিতে পাইয়াছিলেন যে এই পরিদৃশ্যমান জগৎ অখণ্ড সচ্চিদানন্দ পরব্রহ্মেরই "বিবর্ত্ত" চৈতন্যাত্মা ব্রহ্মই দৃশ্যমান জগদ্রূপ ধারণ করিয়াছেন, এই ক্ষিতি জল তেজ বায়ু ও আকাশ চৈতন্যাত্মা ব্রহ্মেরই এক একটা অংশ, এই দেব মনুষ্য পশু পক্ষী কৃমি পতঙ্গ, ব্রহ্মেরই এক একটা সূক্ষ্মতম অংশ, সুতরাং যেই ক্ষিতি জল তেজ বায়ু ও আকাশকে আমরা জড় পদার্থ দেখিতেছি, প্রকৃত পক্ষে তাহারা জড় নহে, কিন্তু, চৈতন্যাত্মা ব্রহ্ম সর্ব্বত্রই " অহং, আমি " রূপে বিরাজিত, ক্ষিতিয় আমি সদ্গন্ধ, জলের আমি রস, তেজের আমি প্রভা, বায়ুর আমি স্পর্শ, আকাশের আমি শব্দ, সুতরাং সকলেই জীবন্ত, সকলেরই ভিতরে ভিতরে আমি আত্মা চৈতন্য আছে * ইহাদের ও জীবন মরণ ও রোগ আছে। পরন্তু তন্মধ্যে যাহারা সমধিক তমোগুণে আক্রান্ত তাহারা জড়বৎ প্রতীয়মান হইতেছে, আর যাহারা ন্যূনাধিক ভাবে সত্ত্বগুণ-ময়, তাহারা চেতন বা জীবন্ত রূপে প্রতীয়মান হইতেছে; এই মাত্র প্রভেদ, অতএব সকলেই চেতন, সকলেই জীবন্ত † আমরা জল আদি

---

* গীতায় আছে—৭,৮ "পুণ্যো গন্ধঃ পৃথিব্যাঞ্চ" "রসোঽহমপ্সু কৌন্তেয়" "প্রভাস্মি শশিসূর্য্যয়োঃ" "তেজশ্চাস্মি বিভাবসৌ" "শব্দঃ খে পৌরুষং নৃষু" ইত্যাদি।

† এবং মহাভারতে আদি, ৮৯, ১১, শ্লোঃ—উক্ত আছে—
জরায়ুশ্চাজাণ্ডজা শ্চোদ্ভিদশ্চ সরীসৃপাঃ কৃময়োঽথাপ্সু মৎস্যাঃ তথাশ্মানস্তৃণকাষ্ঠঞ্চ সর্ব্বে দিষ্টক্ষয়ে স্বাং প্রকৃতিং ভজন্তে॥"

অর্থ—মশক দংশক পক্ষী সরীসৃপ কৃমি মৎস্য প্রস্তর তৃণ কাষ্ঠ প্রভৃতি সকলেই নিজ নিজ কর্ম্মফল ভোগের পরে পুনর্ব্বার নিজ নিজ কর্ম্মক্ষম পূর্ব্বদেহ ধারণ করিবে॥

পদার্থকে একাগ্রচিত্তে আহ্বান করিলে তাহারা শুনিতে পায়।

এবং ব্রহ্মই নিজ ইচ্ছা শক্তির প্রভাবে স্থাবর জঙ্গমাদি হইয়াছেন, "আমি একই বহু হইব" "আমিই প্রজা হইব" এইরূপ ইচ্ছা শক্তির বলে তৎক্ষণাৎ তিনি সেই সেই বিষয় সৃষ্টি করেন; ইহাতেই বুঝিতে হইবে যে, ইচ্ছা শক্তির এমনই এক অপূর্ব্ব মহিমা আছে যে, যে বিষয়ে ইচ্ছা শক্তির পরিচালনা করা যায় সেই বিষয় সিদ্ধ হয়, বরং ঈশ্বরের মহীয়সী শক্তির বলে মহান্ পর্ব্বত সমুদ্র ভূলোক গোলোক প্রভৃতি ব্রহ্মাণ্ড উৎপন্ন হইয়াছে; আর সাধারণ প্রাণীর পরিচ্ছিন্ন ইচ্ছাশক্তির বলে পরিচ্ছিন্ন অশন বসন গৃহ প্রভৃতি উৎপন্ন হইয়া থাকে, ইচ্ছাশক্তি এক কালে বিফল হয় না। এজন্যই ঈশ্বর বাক্য বেদোক্ত মন্ত্রে ইচ্ছার প্রকারান্তর প্রার্থনা বাক্য নিয়োগ হইয়াছে, যথা—"আপঃ পুনন্তু" "শন্নো ভবন্তু" "এনং শুন্ধন্তু" "ন মা ভূবং" "ভূয়াসং" ইত্যাদি প্রার্থনা বাক্যময় মন্ত্র উৎপন্ন হইয়াছে, অন্যথা উহা উন্মত্ত প্রলপিত তুল্য বা আকাশ কুসুম তুল্য হইতে বাধা হয় না, এইরূপ প্রার্থনার বলে নিশ্চয়ই অভীষ্ট সিদ্ধ হইবে।

এখন বুঝা উচিত, এই পাঞ্চভৌতিকারব্ধ শরীরের মন আদি ইন্দ্রিয়াদির স্বাস্থ্যাদি মঙ্গলার্থ একাগ্রচিত্তে সম্বোধন করিয়া ক্ষিতি জল অগ্নি চন্দ্র সূর্য্য বায়ু ও আকাশ আদির নিকটে একাগ্রতা সহকারে প্রার্থনা—ইচ্ছা প্রকাশ করিলে, নিশ্চয়ই তাঁহারা প্রসন্ন হইয়া আমাদের অভীষ্ট পূর্ণ করেন, কল্যাণ বিধান করেন।

সেজন্য জলকে সম্বোধন করিয়া বলা হয় হে মরুদেশের জল! হে কূপোদক! হে সমুদ্রোদক! আপনারা আমার মঙ্গল বিধান করুন, হে জল! তুমি আমাদিগকে তোমার শিবতম রসের ভাজন কর। "জল অন্তরে বাহিরে থাকিয়া পৃথিবীকে পূত করুক, সেই পূতা পৃথিবী তদুৎপন্ন পূত

ফল শস্যাদিরূপে আমাদের দেহে প্রবিষ্ট হইয়া সুখস্বচ্ছন্দ-বিধান করুন” এইরূপে প্রার্থিত হইয়া পৃথিব্যাদি দেবতারা আমাদের আধিব্যাধি বিনাশ করেন,আয়ুর্বৃদ্ধি করেন, বুদ্ধি নির্ম্মল করেন।

এইরূপ সন্ধ্যার সকল মন্ত্রেরই অতি সুন্দর অনির্ব্বচনীয় তাৎপর্য্য অর্থ আছে। এই অর্থ ব্রহ্মা প্রথমে আপন চিন্তাশক্তিদ্বারা আবিষ্কার করিয়া যে, আনন্দে অধীর হইয়া ছিলেন, ইহা অস্বাভাবিক নহে, যে কেহ নূতন একটা বিষয় আবিষ্কার করিতে পারিলে সে অতুলনীয় আনন্দ অনুভব করে, ইহা স্বভাব সিদ্ধ। সন্ধ্যার এবং ক্ষিত্যাদির ঐ জাতীয় অর্থ এবং চেতনা শক্তির বিষয় আবিষ্কার করা কি সামান্য চিন্তা বা বুদ্ধিমত্তার পরিচয়? অতএব ব্রাহ্মণের সর্ব্বথাই সন্ধ্যা প্রধান উপাস্য, তাহা ব্যতীত ব্রাহ্মণের ব্রাহ্মণত্বই থাকেনা আয় বৃদ্ধিও হয় না। তাই মনু বলিয়াছেন—

“ঋষয়ো দীর্ঘসন্ধ্যত্বাদ্দীর্ঘমায়ুরবাপ্নুয়ুঃ”। (৪,৯৪)

অর্থ—ঋষিগণ অতি স্থির শান্ত চিত্তে অতি প্রণিধান করিয়া অধিক-ক্ষণ ধরিয়া সন্ধ্যা করিতেন সেজন্যই তাহারা এত দীর্ঘজীবী হইয়াছিলেন।

সন্ধ্যার সময় আদি মধ্যে ও অন্তে মন্ত্রপাঠ পূর্ব্বক আচমন করিতে হয়, আচমনের জলটা তাম্রময় কোষায় তুলসী বা বিল্বপত্রে মিশ্রিত থাকিবে, ঐ জলটা ছোট তাম্রময় কুষীতে লইয়া গোকর্ণাকৃতি দক্ষিণ হস্তের কনিষ্ঠা ও অঙ্গুষ্ঠ অঙ্গুলী বাহির করিয়া ব্রাহ্মতীর্থ (করমূল) দ্বারা অত্যল্প পরিমাণে পান করিতে হয়, ইহারই নাম আচমন, ইহা এক প্রকার বহুশক্তি সম্পন্ন জলময় ঔষধ বিশেষ স্বাস্থ্যজনক।

সেই সন্ধ্যান্তর্গত প্রাণায়াম কিন্তু সন্ধ্যার জীবন স্বরূপ, ইহা হংসারূঢ় (নিশ্বাস উচ্ছ্বাসাধিষ্ঠিত) ব্রহ্মা ধ্যানে জানিয়া ছিলেন।

প্রাণায়ামের গুণাগুণ।

এখন সেই প্রাণায়াম বিষয় বক্তব্য।—

"প্রাণায়াম" অর্থ—প্রাণ—জীবনের আয়াম—দৈর্ঘ্য নিষ্পন্ন হয় যাহা হইতে, এজন্য ইহাকে প্রাণায়াম বলে, অর্থাৎ প্রাণায়াম দীর্ঘজীবনের কারণ। প্রাণায়ামের মত শারীরিক ও মানসিক দোষ নাশক, অগ্নিবর্দ্ধক, নাড়ীপরিষ্কারক, হৃৎপিণ্ডসংশোধক ও আয়ুর্ব্বর্দ্ধক ক্রিয়া আর দ্বিতীয় নাই। এই বিষয়ে শাস্ত্রীয় মত এইরূপ—

নারায়ণের স্তবে মহাত্মা ধ্রুব বলিয়াছিলেন—

"প্রাণায়ামোঽসি সর্ব্বেষু সাধনেষু শুচিষ্মতো।" (কাশীখণ্ড, ২১।৪১)

অর্থ—হে ভগবন্! যত কিছু পবিত্র সাধন আছে, তন্মধ্যে আপনি প্রাণায়াম। ইহাতেই বুঝাগেল যে প্রাণায়াম অতি পবিত্র সাধন।

ব্রাহ্মণ সর্ব্বস্বধৃত অগ্নি পুরাণে গায়ত্রীর প্রতি ব্রহ্মার বাক্য—

"কুর্ব্বন্তোঽপীহ পাপানি যে ত্বাং ধ্যায়ন্তি পাবনি।
উভে সন্ধ্যে ন তেষাং হি বিদ্যতে ভুবি পাতকং॥
ত্রিঃপঠে দায়তপ্রাণঃ প্রাণায়ামেন যো দ্বিজঃ।
বর্ত্ততে ন স লিপ্যেত পাতকৈরুপপাতকৈঃ"

অর্থ—হেপাবনি! (গায়ত্রি!) পাপ কর্ম্ম করিয়াও যে সকল পাপী প্রাতে এবং সায়ংকালে তোমাকে চিন্তা করে, পৃথিবীতে তাহাদের আর কোন পাপ থাকিতে পারে না, এবং যে ব্রাহ্মণ তোমার (গায়ত্রীর) দ্বার সমাদরূপে প্রাণবায়ুকে সংযত করিয়া প্রাণায়াম তৎপর হয়, সে মহাপাতক বা উপপাতক দ্বারা লিপ্ত হয়না।

বৃহদ্বিষ্ণু বলেন—

"প্রাণায়ামান্ দ্বিজঃ কুর্য্যাৎ সর্ব্বপাপাপনুত্তয়ে।
দহ্যন্তে সর্ব্বপাপানি প্রাণায়ামৈর্দ্বিজস্য তু"॥

অর্থ—সর্ব্বপাপ বিনাশের জন্য দ্বিজগণ প্রাণায়াম করিবে, যে হেতু ব্রাহ্মণের সকল পাপই একমাত্র প্রাণায়াম দ্বারা দূরীভূত হয়।

বিষ্ণু ও অগ্নিপুরাণে উক্ত আছে—

"সর্ব্বদোষহরঃ প্রোক্তঃ প্রাণায়ামো দ্বিজন্মনাং।
ততস্ত্বভ্যধিকং নাস্তি তপঃ পরম সাধনং॥"

অর্থ—ব্রাহ্মণগণের প্রাণায়ামই একমাত্র শারীরিক দোষ নাশ করিতে সমর্থ, এই প্রাণায়াম অপেক্ষায় উৎকৃষ্ট তপস্যা আর কিছুই নাই।

মহর্ষি অত্রি বলেন—

"কর্ম্মণা মনসা বাচা যদহ্না কুরুতে ত্বঘং।
আসীনঃ পশ্চিমাং সন্ধ্যাং প্রণায়ামৈস্তু শুধ্যতি॥"

অর্থ—দিবাভাগে কর্ম্ম মন ও বাক্যদ্বারা যতকিছু পাপ করা যায়, তৎসমুদয় পাপ সায়ং সন্ধ্যার প্রাণায়াম অনুষ্ঠান করিলেই বিনষ্ট হয়॥

বশিষ্ঠ বলেন—

"প্রাণায়ামান্ ধারয়েত্রীন্ যথাবিধমতন্দ্রিতঃ।
অহোরাত্রকৃতং পাপং তৎক্ষণাদেব নশ্যতি॥
কর্ম্মণা মনসা বাচা যদহ্না কৃতমেনসং।
আসীনঃ পশ্চিমাং সন্ধ্যাং প্রাণায়ামৈর্ব্যপোহতি॥
কর্ম্মণা মনসা বাচা যদ্রাত্র্যা কৃতমেনসং।
উত্তিষ্ঠন্ পূর্ব্বসন্ধ্যায়াং প্রাণায়ামৈর্ব্যপোহতি॥"

অর্থ—মানব আলস্য পরিত্যাগ পূর্ব্বক নিয়মানুসারে পূরক কুম্ভক ও রেচক রূপ প্রাণায়াম তিনবার অনুষ্ঠান করিলে অহোরাত্র কৃত সমস্ত পাপ হইতে মুক্ত হয়। কর্ম্ম মন ও বাক্য দ্বারা দিবসে যত কিছু পাপ করা যায়, সায়ংসন্ধ্যার প্রাণায়াম দ্বারা তৎ সমুদয় বিনষ্ট হয়, এবং কর্ম্ম মন ও বাক্য দ্বারা যে কিছু পাপ রাত্রিতে অনুষ্ঠিত হয়, সে সমস্ত পাপ প্রাতঃসন্ধ্যান্তর্গত প্রণায়ামে বিদূরিত হয়।

বৃদ্ধাপস্তম্ব বলেন—

"পূর্ব্বমুক্তেষু পাপেষু তথান্যেষপি সর্ব্বশঃ।

প্রাণায়ামাস্ত্রয়োঽভ্যস্তাঃ সূর্য্যস্যোদয়নং প্রতি ॥
জায়ন্তে তদ্বিনাশায় তমসামিব ভাস্করঃ ॥
সূর্য্যস্যোদয়নং প্রাপ্য নির্ম্মলা ধূতকল্মষাঃ ॥
ভবন্তি ভাস্করাকারা বিধূমা ইব পাবকাঃ ॥”

অর্থ—পূর্ব্ব কথিত এবং অন্যান্য পাপ সকল, প্রাতঃকালে ক্রমোৎক্রমে পূরক তিনবার কুম্ভক তিনবার ও রেচক তিনবার করিলে সূর্য্যোদয়ে অন্ধকারের ন্যায় বিনাশ প্রাপ্ত হয়, বায়ুর সহিত বা আহার্য্য বস্তুর সহিত প্রবিষ্ট সেই দূষিত পদার্থ সকল শরীর হইতে নির্গত হইয়া গেলে ব্রাহ্মণ তখনই ভাস্কর অথবা নির্ধূম অনল তুল্য তেজস্বী হয়।

যোগী যাজ্ঞবল্ক্য বলেন—

“যদহ্না কুরুতে পাপং কর্ম্মণা মনসা গিরা।
ত্রৈকাল্যসন্ধ্যা করণাৎ প্রাণায়ামৈর্ব্ব্যপোহতি ॥
দহ্যন্তে ধ্মায়মানানাং ধাতূনাং হি যথা মলাঃ ॥
তথেন্দ্রিয়াণাং দহ্যন্তে দোষাঃ প্রাণস্য নিগ্রহাৎ ॥
যথা পর্ব্বতধাতূনাং দোষান্ দহতি পাবকঃ।
এবমন্তর্গতস্তৈনঃ প্রাণায়ামেন দহ্যতে ॥ ”

অর্থ—অহোরাত্রের মধ্যে ব্রাহ্মণের শরীরে কায় মন ও বাক্য দ্বারা যে সকল দোষ প্রবিষ্ট হয়, তাহা প্রাতে মধ্যাহ্নে ও সায়াহ্নের সন্ধ্যানুষ্ঠানে ও তৎসহ প্রাণায়াম করণে বিনষ্ট হয়। যেমন স্বর্ণ রজতাদি ধাতু দ্রব্যের ময়লা অগ্নিতে নিক্ষেপ করিয়া প্রধ্বাপনীর (চোঙ্গ) ফুৎকার বায়ু যোগে দগ্ধ হইয়া যায়, তদ্রূপ ইন্দ্রিয় দ্বারা আকৃষ্ট দোষও প্রাণায়ামদ্বারা দগ্ধ হইয়া যায়। যেমন পর্ব্বতীয় ধাতুর দোষ অগ্নিতে দগ্ধ হয়, সে প্রকার শরীরাভ্যন্তরস্থ দোষ প্রাণায়াম দ্বারা দগ্ধ হইয়া যায়।

বৃহস্পতি বলেন—

“প্রাণায়ামৈর্দ্দহেদ্দোষান্ মনোবাগ্দেহসম্ভবান্”।

অর্থ—মনে মনে কথায় এবং শরীর দ্বারা অর্জিত দোষ সকল প্রাণায়াম করিলেই নষ্ট হয়।

মহর্ষি বৌধায়ন বলেন—

"এতদাদ্যং তপঃ শ্রেষ্ঠমেতদ্ধর্ম্মস্য লক্ষণং।
সর্ব্বদেবোপকারার্থমেত দেব বিশিষ্যতে" ॥

অর্থ—এই প্রাণায়ামই আদি এবং সর্ব্ব শ্রেষ্ঠ তপস্যা ও ধর্ম্ম, দেবতাগণও প্রাণায়াম দ্বারাই উপকার প্রাপ্ত হইয়াছেন।

অত্রি এবং বশিষ্ঠ বলেন—

"আবর্ত্তয়েদ্ যদা যুক্তঃ প্রাণায়ামং পুনঃ পুনঃ।
আকেশাদানখাগ্রাচ্চ তপস্তপ্যত উত্তমং॥"

অর্থ—যে ব্রাহ্মণ সর্ব্বদা যোগাবলম্বন পূর্ব্বক বারংবার প্রাণায়াম অভ্যাস করে, তাহার কেশাগ্র হইতে নখাগ্র যাবৎ উত্তমরূপে তপ অনুষ্ঠিত হয়, অর্থাৎ তাহার সমগ্রশরীরই প্রাণায়াম কৃত বায়ু সংসর্গে পরিষ্কৃত হয়।

বিষ্ণুধর্ম্মোত্তর ও অগ্নিপুরাণে কথিত আছে—

"আকেশাদানখাগ্রাচ্চ তপস্তপান্ সুদারুণং।
আত্মানং শোধয়েদ্ যস্তু প্রণায়ামৈঃ পুনঃ পুনঃ॥"

অর্থ—যে ব্যক্তি প্রণায়ামদ্বারা পুনঃ পুনঃ শরীর সংশোধন করে, জানিবে যে, সে কেশাগ্র হইতে নখাগ্র যাবৎ কঠোর তপস্যার ফল উপার্জ্জন করে, ইহাতে সন্দেহ নাই।

মনু বলেন—

"দহ্যন্তে ধ্মায়মানানাং ধাতূনাং হি যথা মলাঃ।
তথেন্দ্রিয়াণাং দহ্যন্তে দোষাঃ প্রাণস্য নিগ্রহাৎ॥" (৬,৭১)

অর্থ—কলঙ্ক যুক্ত স্বর্ণ রৌপ্যাদি ধাতুকে যেমন অগ্নিতে প্রধ্মাপনী দ্বারা ফুৎকার বায়ুসংযোগে প্রতপ্ত করিলে তাহার ময়লা দগ্ধ হইয়া যায়,

সেইরূপ প্রাণারাম দ্বারা প্রাণবায়ু নিগৃহীত হইলে ইন্দ্রিয়দ্বারা উপার্জিত দোষ সকল সমূলে দগ্ধ হইয়া যায়।

বৃহদ্ যম বলেন—

"যথা হি শৈল-ধাতূনাং ধ্মায়তাং নশ্যতে রজঃ।
ইন্দ্রিয়াণাং তথা দোষান্ প্রণায়ামৈশ্চ নির্দ্দহেৎ॥"

অর্থ—খনি হইতে আনিয়া নানা প্রকার ময়লার সহিত স্বর্ণাদি ধাতু দ্রব্যকে আগুনে পোড়াইলে যেমন সমস্ত ময়লা পুড়িয়া যাইয়া স্বর্ণাদি নির্ম্মল করা হয়, সে প্রকার প্রণাম দ্বারা ইন্দ্রিয়কৃত দোষ সমস্ত দগ্ধ করা উচিত।

বৃহস্পতি বলেন—

"ধ্মায়মানং যথা দহেৎ ধাতূনাং সংভৃতং মলং।
তথেন্দ্রিয় কৃতো দোষো প্রাণায়ামেন দহ্যতে॥"

অর্থ—যেমন অগ্নিতে দগ্ধ করিলে স্বর্ণাদি ধাতুদ্রব্যের সঞ্চিত ময়লা দগ্ধ হয়, সে প্রকার ইন্দ্রিয়কৃত দোষ প্রণায়াম দ্বারা দগ্ধ হইয়া যায়।

ঋষিদের মধ্যে প্রাণায়ামের উপকারিতা সম্বন্ধে কাহারই মত দ্বৈধ নাই, তথাপি যদি নব্যশিক্ষার প্রভাবে এ সম্বন্ধে "কেনর" অবতারণা করা হয়, যদি কেহ বলে যে, কেন প্রাণায়ামে শরীর সংশোধিত হয়? ইন্দ্রিয়ের দোষ কেন নষ্ট হয়, ? সে জন্য ইহার উত্তরটা ভাল করিয়া প্রনিধান পূর্ব্বক বুঝিতে হইবে—

প্রত্যক্ষেই প্রত্যহ দেখা যায় ঘরের তৈজসপাত্রগুলি কিছুদিন না মাজিলে উহাতে মরিচা—কলঙ্ক—দাগ পড়ে, ঘরখানা প্রত্যহ ঝাঁট্ না দিলে, জল ছড়া না দিলে ধূল বালিতে ময়লা যুক্ত হয়, তাহা ব্যবহার করিতে প্রবৃত্তি হয় না এবং অস্বাস্থ্যকর হয়, ঐ তৈজসপাত্র ও ঘর প্রত্যহ মাজিয়া রাখিলেই সুশ্রী ও স্বাহস্থ্যকর হয়।

এই শরীর সম্বন্ধেও ঠিক তাহাই বুঝিতে হয়, নানাবিধ মলাক্ত

শরীরটা ভিতরে বাহিরে যদি তিনবেলা পরিষ্কার রাখা যায়, তবে সুশ্রী স্বাস্থ্যকর ও দীর্ঘদিন স্থায়ী হইবে, নচেৎ ভিতরে ময়লা পড়িয়া অসময়েই শরীরটা ভাঙ্গিয়া যাইবে, ইহা সহজেই অনুমান করা যায়।

ইহাই ইংরাজীধরণের ভদ্র হিন্দুদের (শরীরে দূষিত পরমাণু প্রবেশের জন্য) অস্বাস্থ্য এবং অল্পায়ুর কারণ, অবশ্যই ইহা বিশেষ বিশেষ ব্যক্তি গত, সর্ব্ব সাধারণ নহে, যাহাই হউক, তাঁহারা আধুনিক ব্যবহার দ্বারা কেবল শরীরাভ্যন্তরে অস্বাস্থ্যকর বস্তু প্রবেশ করাইয়া থাকেন, কিন্তু বাহির করিতে জানে না, বা করেন না।

এখন প্রাচীন ধরণের হিন্দু এবং ইংরাজী ধরনের হিন্দুর শরীরে অস্বাস্থ্যকর কতগুলি মারাত্মক বস্তু অহরহ প্রবেশ করিয়া ব্যাধি ও অকাল মৃত্যুর কারণ হয় তাহা বক্তব্য—

মনু বলেন— (৪,৭৩।)

"রাত্রৌ চ বৃক্ষমূলানি দূরতঃ পরিবর্জ্জয়েৎ" ॥

অর্থ—রাত্রিকালে গাছতলায় যাইবে না, তাহা দূর হইতেই পরিত্যাগ করিবে। রাত্রিকালে বৃক্ষ হইতে এক প্রকার "অঙ্গারক নামক" দূষিত বায়ু নিঃসৃত হয়, বিশেষতঃ তেতুলগাছ গাবগাছ ও বাঁশগাছ হইতেই সমধিক পরিমাণে ঐ বায়ু নির্গত হয়, হইতে পারে, এজন্যই তেতুল গাব ও বাঁশগাছে ভূতের আবাস এইরূপ জন প্রবাদ শুনাযায়, বায়ূটাও পঞ্চভূতের অন্তর্গত চতুর্থভূত বটে।

যাহা হউক, প্রত্যক্ষ দেখাযায়; শাস্ত্রে দুর্ব্বাতৃণকে "অমর" তৃণ বলিয়াছে, কিন্তু সেই অমর তৃণ দুর্ব্বা পর্য্যন্ত তেতুল. গাব, ও বাঁশছোপের তলায় জন্মেনা, উহাদের তলার মৃত্তিকা যেন দগ্ধ প্রায় পরিষ্কার থাকে, কারণ সেই গাছ হইতে নিঃসৃত বায়ুস্পর্শে, এবং তাহাদের পত্র শাখাদি হইতে

শিশির বা বর্ষার জলবিন্দু পাতে তন্নিম্নস্থ মৃত্তিকা অম্লক্ষারে দগ্ধবৎ হইয়া যায়।

কিন্তু আমরা গৃহস্থ, নিজের বা বন্ধু বান্ধবের প্রয়োজনে রাত্রিকালেও আমাদের তেতুল ও গাবতলা দিয়া যাতায়াত করিতেই হয়, সুতরাং সেই সেই গাছের দূষিত বায়ু আমাদের নাসারন্ধ্রে বা রোমকূপে অবশ্যই শরীরে প্রবিষ্ট হইয়া থাকে, বাহির করিবার উপায় আমরা জানিনা। কিন্তু ব্যাধি বা মৃত্যু কাহারই বাঞ্ছনীয় নহে, স্বাস্থ্য ও দীর্ঘজীবন ই বাঞ্ছনীয়। এবং আমাদের প্রাত্যহিক খাদ্য শাকাদি ও জলের সহিত অজ্ঞাতসারে কত কত বিষাক্ত পদার্থ শরীরে প্রবিষ্ট হয়, তাহার ইয়ত্তা কে করে? এবং এই যে রাস্তার উপরে যত খাদ্য দ্রব্যের দোকান সাজান রহিয়াছে, তাহাতে রাস্তা ঝাঁটান কত কত ঘৃণিত ঘোড়ার গাধার কুকুরের ময়লার পরমাণু আসিয়াও কি পড়েনা? না তাহা সেই মিষ্টান্নের সহিত আমাদের মুখচ্ছিদ্রে শরীরে প্রবিষ্ট হয় না? নিশ্চয় হইয়াথাকে, এইরূপ প্রবিষ্ট হইয়া একদিন দুইদিন দশদিনে না হউক—একবৎসর, দুইবৎসর বা দশ-বৎসর পরেও ক্রমে অভ্যন্তরে সঞ্চিত হইয়া দুরারোগ্য ব্যাধিজন্মাইয়া থাকে।

"সিক্তমূলস্য বৃক্ষস্য ফলং শাখাসু দৃশ্যতে।"

অর্থ—বৃক্ষমূলে জল সেচন করা হয় কিন্তু তাহার বলে ছয়মাস পরে অগ্রভাগে ফল পরিদৃষ্ট হয়। সেইরূপ সঞ্চিত বিষাক্তপরমাণুর অসৎ ফল একদিন না হয় একদিন ভোগ করিতে হইবেই।

এবং আমাদের শয়ন ও গমনাগমনের ব্যতয়প্রযুক্ত দেহাভ্যন্তরে যে সকল শিরা স্থানভ্রষ্ট হয়, গ্রন্থিতে রস আবদ্ধ হয়, ইহা দিগকেই বা প্রকৃতিস্থ ও সঞ্চালিত করিবার উপায় কি? না উপায়, ইন্দ্রিয় রস রক্ত, সকল কলেবর ব্যাপিনী বহু শাখা উপশাখা যুক্তা সপ্তশত (৭০০) শিরা, অঙ্গ প্রত্যঙ্গের সন্ধি বন্ধন নবশত (৯০০) স্নায়ু, নাভি হইতে উৎপন্না শাখা বিশিষ্ট প্রাণাদি

বায়ু বাহিনী দ্বিশত (২০০) ধমনী, এবং উরুপিণ্ডিকা অঙ্গপ্রত্যঙ্গ সন্ধির শঞ্চশত (৫০০) পেশী, ইহাদের শাখা প্রশাখায় মিলিত হইয়া উনত্রিশ(২৯) লক্ষ নয়শত (৯০০) ষট্পঞ্চাশৎ (৫৬) সংখ্যক শিরা ও ধমনী * প্রভৃতির সংশোধক দোশ নাশক একমাত্র প্রণায়াম। কেন না প্রণায়ামের বীজমন্ত্র দ্বারা পুরকেতে :পুষ্প চন্দন ধূপ ধুনা গুগ্গুল, তুলসী ও বিল্বপত্রাদি দ্বারা পবিত্র বাহিরের বায়ু অভ্যন্তরে প্রবিষ্ট হইয়া পূর্ব্বদিনের সঞ্চিত অভ্যন্তরস্থ দূষিতবায়ুর সহিত মিশ্রিত হয়, কুম্ভকে বায়ু সমস্ত শিরায় শিরায় আপাদমস্তকে প্রবাহিত হইয়া দূষিত বিষাক্ত পরমাণুপুঞ্জকে লইয়া ছিদ্রানুসন্ধান পূর্ব্বক, চক্ষু কর্ণ নাসিকা দন্তমূল ও রোমকূপ পথের মুখে উপস্থিত হয়, এবং রেচকে সেই মল ও বিষাক্তপরমাণুমিশ্র বায়ু, চক্ষু কর্ণ নাসা দন্তমূল হইতে ও ঘর্ম্মরূপে রোমকূপপথে নির্গত হয়। ইহা গুরূপদেশ রীতিতে বীজ মন্ত্রদ্বারা মাত্রানিয়মে ক্রমোৎক্রমে তিন তিন বার করিতে হয়। তাহাতেই শরীরটার ভিতর পরিষ্কার হইয়া যায়।

ভিষক্ প্রবর শার্ঙ্গধর সামান্য রূপে প্রাণবিজ্ঞানের কিঞ্চিৎ আভাস দিয়াছেন যথা—(কলাদি কথনাধ্যায়)

"নাভিস্থঃ প্রাণপবনঃ স্পৃষ্টা হৃৎকমলান্তরং।
কণ্ঠাদ্বহির্বিনির্যাতি পাতুং বিষ্ণুপদামৃতং॥
পীত্বা চাম্বরপীযুষং পুনরায়াতি বেগতঃ।
প্রীণয়েদ্দেহমখিলং জীবয়ন্ জঠরানলং॥

অর্থ—প্রাণীর জীবনরূপী সমীরণ নাভি হইতে প্রস্থিত হইয়া

---

* "শিরাঃ শতানি সপ্তৈব নব স্নায়ুশতানি চ।
ধমনীনাং শতে দ্বে তু পঞ্চ পেশীশতানি চ॥"
একোনত্রিংশল্লক্ষাণি তথা নবশতানি চ।
ষট্ পঞ্চাশচ্চ জানীত শিরা ধমনিসংজ্ঞিতাঃ॥ (যাজ্ঞা, প্রায়ঃ১০১)

হৃৎপিণ্ডের অভ্যন্তর স্পর্শ করিয়া বিষ্ণুপদামৃত—অর্থাৎ আকাশস্থ অমৃতসদৃশ নির্ম্মলবায়ু পান করিবার জন্য কণ্ঠপথে বহির্গত হয়, অনন্তর আকাশস্থ অমৃতায়মানপবিত্রবায়ু উচ্ছ্বাসদ্বারা পান করিয়া বেগে প্রবেশ করিয়া নখাগ্র হইতে কেশাগ্র পর্য্যন্ত শরীরকে সুস্থ করিয়া জঠরানলকে প্রদীপ্ত করে।

প্রাণায়াম সম্বন্ধে আরও বিশেষ এই যে—মৃত্তিকা, জল, অনল ও বায়ু এই চারিটা পদার্থ অপর মলাক্ত পদার্থকে নির্ম্মল করে, উদ্ভিজ্জ অগ্নিস্বরূপ-অম্লসংযোগে ও অনলদাহে তৈজসপাত্রাদি নির্ম্মল হয়, কল ঙ্কিত তৈজসপাত্র মৃত্তিকা ঘর্ষণে. মৃত্তিকাদি যুক্তপাত্র জলদ্বারা প্রক্ষালনে এবং ধূলযুক্ত পাত্র ফুৎকারমারুতে বা অন্যবিধ বায়ুর আঘাতে পরিষ্কৃত হয়, ইহা প্রত্যক্ষত দেখাযায়, কিন্তু এসকল স্থূল মৃত্তিকা, জল, অনল, ও বায়ু প্রবেশের অযোগ্য বিধায় শরীরাভ্যন্তর পরিষ্কার করিতে পারেনা, অথচ শরীরাভ্যন্তর দৈনন্দিন পরিষ্কার না করিলে অচির দিনেই লোক অকর্ম্মণ্য অসুস্থ হইয়া পড়ে, এজন্য যোগবিজ্ঞানে বিজ্ঞ মহর্ষিগণ সূক্ষ্মরূপে মৃত্তিকা. জল, অগ্নি, ও বায়ু শরীরের ভিতরে নিয়া পরিষ্কারের উপায় উদ্ভাবন করিয়া গিয়াছেন।

ঋষিরা জানিতেন আকাশের বিশেষ গুণ শব্দ, সেই শব্দেতে সূক্ষ্মরূপে বা শক্তিরূপে ক্ষিতি জল তেজ ও বায়ু অবস্থিত আছে, সেই সেই শব্দ বিশেষেরই নাম বীজমন্ত্র- অর্থাৎ গুপ্ত ভাষণ, ইহা সাধারণের জ্ঞানগম্য নহে কেবল গুরুর নিকট ভক্তিমান্ শিষ্যই উহার মর্ম্ম অবগত হইতে পারে। যথা “লং” ইহার নাম পৃথিবী বীজ বা মন্ত্র, ইহার নাম যে পৃথিবী মন্ত্র ইহা “কাণা ছেলের নাম পদ্মলোচনের” মত নহে, বা “ভুও” নাম নহে, সত্য সত্যই “লং” এই শব্দের ভিতরে মৃত্তিকার গুণ বা শক্তি আছে। এইরূপ জলবীজ, বহ্নিবীজ, বায়ুবীজ সম্বন্ধে ও জানিবে। বহ্নিবীজ দ্বারা প্রাণায়াম করিলে মাঘ মাসের শীতেও ঘর্ম্মাক্ত কলেবর

হইতে হয়, ইহা স্বয়ং ই প্রত্যক্ষ করিয়াছি। বহ্নিবীজ উচ্চারণ করিতে যে জিহ্বাগ্র দ্রুত কম্পিত হয়, তাহাতেই অভ্যন্তরীণ নিশ্চলাগ্নি প্রধ্মাপিত ও প্রকম্পিত হইয়া অগ্নির কার্য্য করে। অতএব দেহাভ্যন্তর স্থিত দূষিত পার্থিবপরমাণু জলীয়পরমাণু তৈজসপরমাণু ও বায়বীয়পরমাণু সমূহকে গুরুর উপদেশ মার্গে পৃথিবী, বরুণ, বহ্নি ও বায়ুবীজদ্বারা যথাক্রমে মাজিয়া, ধুইয়া পোড়াইয়া ও উড়াইয়া দিতে হয়। তবেই ইন্দ্রিয় কৃতদোষ সমস্ত নষ্ট হইয়া যায় শরীর বিশোধিত হয়। ইহাই যোগীযাগ্যবল্ক্য প্রভৃতি ঋষিগণ বলিয়াছেন যথা—

"তথা নিরোধসংযোগাদ্দেবতাত্রয়চিন্তনাৎ।
অগ্নের্ব্বায়োরপাং যোগাদাত্মা শুধ্যেত বৈ ত্রিভিঃ॥"

অর্থ—প্রাণায়ামানুষ্ঠান, তৎসহকৃত নাভিস্থানে সৃষ্টিশক্তি সম্পন্ন ব্রহ্মা, হৃদয়ে রক্ষণশক্তি সম্পন্ন বিষ্ণু, এবং সহস্রারে সংহারশক্তি সম্পন্ন রুদ্রের চিন্তা, এবং তদানীং সেই সেই বীজ মন্ত্র শক্তির প্রভাবে অভ্যন্তরে স্ফুরিত ক্ষিত, অগ্নি, বায়ু, ও জল এই তিনের দ্বারা শরীর পরিশোধিত হয়।

বিষ্ণুধর্ম্মোত্তরে অগ্নিপুরাণে কথিথত আছে—

"নিরোধাজ্জায়তে বায়ুস্তস্মাদগ্নিস্ততো জলং।
ত্রিভিঃ শরীরং সকলং প্রাণায়ামৈর্ব্বিশুধ্যতি"॥

অর্থ— প্রাণবায়ুকে যথারীতি নিরোধ করিলে হৃদয়াকাশচারী বায়ু উৎপন্ন হয়, এই বায়ু হইতে কুম্ভকে অগ্নি জন্মে, উক্ত অগ্নি হইতে ঘর্ম্মাদি রূপ জল উৎপন্ন হয়, * এই তিনের প্রক্রিয়া দ্বারা শরীরাভ্যন্তরস্থিত ময়লা বা দাগ্ উঠিয়া যায়, তাহাতেই শরীর সংশোধিত ও পরিষ্কৃত হয়।

এখন বুঝিতে পারাগেল যে, "কেন প্রাণায়ামে শরীর সংশোধিত হয়?

---

* "আকাশাদ্বায়ূ র্ব্বায়োরগ্নিবহ্ন্যঃ পৃথিবী"। ইতি শ্রুতি—

চক্ষুরাদি ইন্দ্রিয়ের দোষ কেন নষ্ট হয়?

ফলতঃ যোগী যাজ্ঞবল্ক্য জেদ্ করিয়া বলিয়াছেন—

"প্রাণায়ামা ব্রাহ্মণস্য ত্রয়োঽপি বিধিবৎ কৃতাঃ।
ব্যাহৃতিপ্রণবৈর্যুক্তা বিজ্ঞেয়ং পরমং তপঃ"॥ *

অর্থ—প্রাতে, মধ্যাহ্নে ও স্বায়ংকালে যথাবিধি মহাব্যাহৃতি ও প্রণব যোগে যে প্রাণায়াম অনুষ্ঠিত হয়, ইহাই ব্রাহ্মণের পরম তপস্যা, ইহা অপেক্ষায় আর উচ্চ কঠোর তপস্যা নাই। কাশীখণ্ডে আছে—

"প্রাণায়ামশ্চ তপসাং মন্ত্রাণাং প্রণবো যথা"। ২৭। ৭১

অর্থ—সমস্ত মন্ত্রের মধ্যে যেমন প্রণব শ্রেষ্ঠ, সেই প্রকার সমস্ত তপস্যার মধ্যে প্রাণায়ামই শ্রেষ্ঠ তপস্যা।

পূর্ব্বে শরীর তত্ত্ববিৎ বৈদ্য মহামহোপাধ্যায় ভীষটাচার্য্য যাহা বলিয়াছেন— †

"দানৈর্দ্দয়াদিভিরপি দ্বিজ-দেবতা-গো,—
গুর্ব্বর্চ্চন-প্রণতিভিশ্চ তপোভিরুগ্রৈঃ।
ইত্যাক্ত-পুণ্যনিচয়ৈরুপচীয়মানাঃ;
প্রাক্পাপজা যদি রুজঃ প্রশমং প্রয়ান্তি॥"

অর্থ—যদি এই দেহে পূর্ব্বজন্মের দুষ্কৃতকর্ম্ম ফলে দুরারোগ্য ব্যাধি জন্মে, তবে চান্দ্রায়ণাদি প্রায়শ্চিত্তাত্মক দান, প্রাণিগণে দয়া, ব্রাহ্মণ দেবতা গাভী এবং গুরু দেবের অর্চ্চনা ও প্রণাম, এবং কঠোর তপস্যা অর্থাৎ যথা শাস্ত্র গুরূপদেশ মার্গে অনুষ্ঠিত প্রাণায়াম দ্বারা সেই অসাধ্য

* প্রাণায়াম সম্বন্ধে পূর্ব্বোক্ত সমস্ত বচন ব্রাহ্মণসর্ব্বস্ব গ্রন্থ হইতে উদ্ধৃত হইয়াছে।

† জীবন শিক্ষার ৬ পৃষ্ঠা দেখ।

ব্যাধিও প্রশমিত হয়, অন্য রোগের ত কথাই নাই, তাহাত অল্প সময়ের মধ্যে অল্প মাত্রায় অনুষ্ঠান করিলেই নিবৃত্তি হইয়া যায়।

তাহাই মহাযোগী ঘেরণ্ড বলিয়াছেন—

"ক্রমেণ সেব্যমানোঽসৌ নয়তে যত্র চেচ্ছতি।
প্রাণায়ামেন যুক্তেন সর্ব্বব্যাধি-ক্ষয়ো ভবেৎ ॥
অযুক্তাভ্যাসযোগেন সর্ব্বব্যাধিসমুদ্ভবঃ।
হিক্কা শ্বাসশ্চ কাশশ্চ শিরঃকর্ণাক্ষিবেদনাঃ ॥
জায়ন্তে বিবিধা রোগাঃ পবনস্য ব্যতিক্রমাৎ ॥"

অর্থ—পূর্ব্বকথিত প্রাণায়াম যদি গুরুর উপদেশ অনুসারে অল্পে অল্পে ক্রমে ক্রমে অভ্যাস করা যায়, পরে প্রাণাদি বায়ুকে যথা ইচ্ছা তথায়, হয় পাদাগ্রে, নয় মস্তকে পরিচালিত করিয়া লইয়া যাইতে পারা যায়, এবং সমুচিত রূপে অভ্যস্ত প্রাণায়ামে সকল রোগই বিনাশ করিতে সমর্থ হয়, কিন্তু যদি অনুচিত ভাবে অর্থাৎ যেন খামখেয়ালি, যেদিন ইচ্ছা করা গে'ল, দুই দিন করা গে'ল না, এক দিন সকালে; এক দিন বিকালে, এক দিন অল্প মাত্রায়, এক দিন অধিক মাত্রায় প্রাণায়াম করিলে, বায়ুর ব্যতিক্রমে হিক্কারোগ, শ্বাসকাশ, শিরঃশূল, কর্ণশূল, চক্ষুরোগ ইত্যাদি সকল রোগই হইতে পারে। ইহার প্রমাণ পুস্তক দেখিয়া পণ্ডিত ও অনুষ্ঠাতৃগণ।

এইজন্যই ব্রাহ্মণগণ বালক অবস্থাতে আট বৎসর বয়সেই উপনয়নের পরে, পুত্রাদিকে প্রাণায়াম অভ্যাস করাইয়া থাকে, প্রাণায়ামটা এক প্রকার ক্ষুদ্র ব্যায়াম, বালক অবস্থায় হৃৎপিণ্ড কোমল থাকিতে থাকিতে যেমন সুবিধা, পরে তত সুবিধা নহে।

অনেকেই জানেন যে, লোকে মেঢ়ার লড়াই দর্শন করাইয়া থাকে। ঐ ক্রীড়ায় পটু করিবার উদ্দেশ্যে মেষকে শিশু অবস্থায় হাঁটুর উপরে শোয়াইয়া আস্তে আস্তে শ্লথমুষ্টিতে উহার ঘাড়ে প্রহার করে, একপ

কিলাইয়া কিলাইয়া দুই তিন মাস পরে ক্রমে ছোট মুগুর দ্বারা আঘাত করে; আবার দুই তিন মাস পরে তদপেক্ষায় ভারি মুগুর দিয়া সকাল বিকাল আঘাত করিতে থাকে; আবার কিছুদিন পরে, পাঁচ-সাত সের ওজনের মুগুর দ্বারা নির্ঘাৎ রূপে পিটাইতে থাকে, ক্রমে যখন এইরূপ পিটান সহ্য হয়, তখন মেড়ার ঘাড় বজ্রসারবৎ সুদৃঢ় হয়, এমন কি পাষাণও ঢুসাইয়া দ্বিখণ্ড করে, ঘাড়ে কিছু মাত্র কষ্ট হয় না।

মানবের দেহ মধ্যে হৃৎপিণ্ড—ফুস্‌ফুসই প্রধান রক্তকারক যন্ত্র, এই হৃৎপিণ্ডটাকে বিশুদ্ধ দৃঢ় করিবার একমাত্র প্রাণায়ামই উৎকৃষ্ট উপায়, মেষ-গ্রীবা যেমন ক্রমে ক্রমে আঘাতে আঘাতে লৌহ সদৃশ সুদৃঢ় হয়, তেমনি বালকাবস্থা হইতে প্রাণায়ামের বায়ুর আঘাতে (প্রথমে মৃদু মাত্রায়, পরে মধ্য মাত্রায়, শেষে তীব্র মাত্রায়) হৃৎপিণ্ড স্ফীত সুদৃঢ় হয়। হৃৎপিণ্ডের উচ্চতার সঙ্গে সঙ্গে বক্ষঃস্থলও স্ফীত হইয়া উঠে, এবং হৃৎপিণ্ডের ঝিল্লিতে প্রবিষ্ট দূষিত শ্লেষ্মা, দূষিত বায়ু, ও দূষিত পরমাণু সমস্তকেই প্রাণায়ামের পূরক কুম্ভক বায়ু, হৃৎপিণ্ড হইতে নিষ্কাসিত করিয়া ইন্দ্রিয় পথে রোম ছিদ্রে, পরে বিরেচিত বায়ুর সঙ্গে বাহির করিয়া দেয়, তখন মনুষ্য নির্ব্যাধি দেবশরীর হয়।

ফলকথা শরীর শোধনের নিমিত্ত বৈদ্যের ঔষধ এলোপ্যাথিক ও হোমিওপ্যাথিক ঔষধ এক দিকে, আর সুধু সমুচিত প্রাণায়াম অন্য দিকে। একথার সত্যতা কার্য্য অনুষ্ঠান করিলেই প্রত্যক্ষ করিতে পারা যায়।

মহাভারতে উক্ত আছে—

শীতোষ্ণে চৈব বায়ুশ্চ ত্রয়ঃ শারীরজা গুণাঃ।
তেষাং গুণানাং সাম্যং যত্তদাহুঃ সুস্থলক্ষণং॥
তেষামন্যতমোদ্রেকে বিধানমুপদিশ্যতে।
উষ্ণেন বাধ্যতে শীতং শীতেনোষ্ণং প্রবাধ্যতে"॥

(শান্তি-রাজ ১৬।১১-১২।)

অর্থ—শ্লেষ্মা, পিত্ত ও বায়ু এই তিনটা শরীরের উপকারক, এই গুণদায়ক পদার্থ তিনটা সমান ভাগে থাকাই স্বাস্থ্যের লক্ষণ, এই তিনের মধ্যে যদি একটা উদ্রিক্ত অর্থাৎ সাম্য ভাব পরিত্যাগ করিয়া বাড়িয়া উঠে, তখনই শরীর অসুস্থ হইবে, এবং তখন সমতা বিধানার্থ কোন উপায় উদ্ভাবন করিতে হইবে। সেই উপায় মোটা বুদ্ধিতে শাস্ত্রোক্ত ঔষধ, আর সূক্ষ্মরূপে ধরিতে হইলে, প্রাণায়াম বুঝিতে হইবে, কেন না ? উষ্ণ বহ্নি-বীজের প্রক্রিয়ায় শ্লেষ্মা এবং শীত নিবৃত্ত হয়, এবং বরুণ বীজ দ্বারা উষ্ণ পিত্ত এবং শারীরিক উত্তাপ নিবৃত্তি হয়, ইহা প্রত্যক্ষ সিদ্ধ, এতদ্ভিন্ন যোগশাস্ত্রেও ইহার ভূরি উদাহরণ পাওয়া যায়।

বায়ু পরিবর্ত্তন কাহাকে বলে?

এখন অনেক চিকিৎসকই বলিয়া থাকেন যে, "তুমি ওয়াল্‌টিয়ারে বা মশূরীর পাহাড়ে যাইয়া বায়ু পরিবর্ত্তন কর" কি আশ্চর্য্য ? এরূপ বায়ু পরিবর্ত্তন কয়জনের হইতে পারে ? স্বাস্থ্যভঙ্গ কেবল বাছিয়া বাছিয়া কি রাজা জমিদারেরই হইবে ? না দরিদ্রের ও হইয়া থাকে ? তবে কি গরিব বেচারারা মরিয়া যাইবে ? আর বড়লোকগুলি ওয়াল্‌টিয়ারের বায়ু ভক্ষণ করিয়া মার্কণ্ডেয়ের মত সপ্ত কল্পান্তজীবী হইয়া থাকিবে, তাওত বড় দৈক ? একটা দেখিতে পাই না, অনেক বড়লোকেই ত স্বাস্থ্য স্বাস্থ্য করিয়া এদেশ ওদেশ ঘুরিয়া বেড়ান, কোন্ দেশে যাইয়া কে কতগুলি স্বাস্থ্য সংগ্রহ করিয়া আনিতে পারিয়াছেন ? স্বাস্থ্য কি একটা গাছের ফল ?

বাস্তবিক বায়ু পরিবর্ত্তন কথাটা মিথ্যা নহে ; কিন্তু নব্যশিক্ষিতেরা বায়ু পরিবর্ত্তন যাহা বুঝে, এ দেশের বাতাস ছাড়িয়া দার্জ্জিলিং, মধুপুর, সিমলা, দেরাদুন ওয়াল্‌টিয়ার ইত্যাদি অন্য দেশের বায়ু সেবন করে। আমরা কিন্তু শাস্ত্রের দাস, আমরা বায়ু পরিবর্ত্তন কথায় কি বুঝি ? না, যখন দেখিব যে যে, তিথিতে যে সময়ে যে নাসিকায় বায়ুর চলাচল হওয়া উচিত, সেই

তিথিতে সেই সময়ে সেই নাসায় বায়ুপ্রবাহ না চলিলেই বুঝিব যে দৈহিক বায়ু ব্যতিক্রমে চলিতেছে, অচিরে আমাকে রোগে অভিভূত করিবে, অতএব এই বিপরীত ভাবাপন্ন বায়ুকে পরিবর্ত্তন করিয়া—উল্টাইয়া 'যথা যুক্ত ভাবে প্রবাহিত করান' ইহাই বায়ু পরিবর্ত্তন। ইহাই যোগিবর নাগভট্ট ত্রিপুরাসার সমুচ্চয় গ্রন্থে বলিয়াছেন—যথা।

আরভ্য শুক্লাদ্যপক্ষাদিভূতাং,
তিথিং ত্রীণি দেবা দিনান্যভ্যুদেতি।
পুটে দক্ষিণে ত্রীনি বামে তু যাবৎ,
কুহূরেবমেবং ক্রমেণাভ্যুদীয়াৎ॥
একস্য পক্ষস্য ব্যতিক্রমেণ
রোগাভিভূতির্ভবতীহ পুংসাং॥

অর্থ—সুস্থ শরীরে শুক্ল পক্ষের প্রতিপৎ দ্বিতীয়া তৃতীয়ার সময় বিশেষে বাম নাসায় বায়ু প্রবাহিত হইবে, তৎপরে চতুর্থী পঞ্চমী ও ষষ্ঠী তিথিতে দক্ষিণনাসায় প্রবাহিত হইবে। পুনর্ব্বার সপ্তমী, অষ্টমী ও নবমীতে বাম নাসায় প্রবাহিত হইবে; * এই ক্রমে শুক্ল ও কৃষ্ণ পক্ষে নিশ্বাস প্রশ্বাস রীতি মত প্রবাহিত হইলেই বুঝিতে পারা যাইবে যে, আমার রোগ বা শোকাদি উপস্থিত হইবে না। আর যদি এক পক্ষ কাল তিথি অনুসারে উক্ত রূপে যথারীতি বায়ুপ্রবাহ না চলে, তবে নিশ্চয়ই বুঝিতে হইবে যে আমার রোগ অনিবার্য্য ইহা বুঝিয়া যথারীতি বায়ুপরিবর্ত্তন করিবার জন্য গুরুর উপদেশানুসারে চেষ্টা করিয়া বিপরীত প্রবাহ ফিরাইবে. শাস্ত্রে ইহাকেই বায়ু পরিবর্ত্তন বলে।

অতএব আমাদের বিবেচনায় যদি মানব যথাশাস্ত্র দীক্ষিত হইয়া প্রাণা-

* এ স্থলে শাস্ত্রের আদেশে সময়টা গোপন রাখিলাম, স্পষ্ট করিয়া লিখিলাম না, ইহা গুরুর নিকটে জ্ঞাতব্য।

য়াম দ্বারা দৈহিকবায়ুর পরিবর্ত্তন রূপ তপস্যা করিতে পারে, তবে নিশ্চয়ই কেবল প্রাণক্রিয়াতেই বাত, পিত্ত ও শ্লেষ্মার বৈষম্যভাব কাটিয়া যাইয়া নীরোগ হইতে পারে, ইহা কার্য্য দ্বারা প্রত্যক্ষ হইবে।

দৈনিক নিঃশ্বাস প্রশ্বাসের সংখ্যা।

আরও বলি, সুস্থ দেহের নিয়ম এই যে, এক সূর্য্যোদয় হইতে অপর সূর্য্যোদয়ের পূর্ব্বক্ষণ যাবৎ একুশ হাজার ছয় শত (২১৬০০) নিঃশ্বাস ও একুশ হাজার ছয় শত (২১৬০০) উচ্ছ্বাস প্রবাহিত হয়। * প্রাণ বায়ু যত উপার্জ্জিত, ততই ব্যয়িত, সুতরাং তহবিল শূন্য থাকে, রাম প্রসাদ গাহিয়াছেন "একুশহাজার ছয়শ জমা, কোম্পানিতে মালগুজারি"। যদি কেহ গুরুর উপদেশানুসারে একুশ হাজার ছয়শত প্রাণ—নিঃশ্বাস উপার্জ্জন করিয়া কৌশলপূর্ব্বক একুশহাজার ছয়শত উচ্ছ্বাসমধ্যে ছয়শত কিয়ৎ পরিমাণে এক, দুই, তিন, চার, পাঁচ বা ছয়শত নিঃশ্বাস ব্যয় না করিয়া প্রত্যহ তহবিলে জমা রাখিয়া দিতে পারে, তাহা হইলে মনে কর, একবৎসরে কত প্রাণ সঞ্চিত হইয়া যায়, এই নিয়মে সে কত দীর্ঘজীবী হইতে পারে? ভগবান্ শঙ্করাচার্য্য নিজের ষোলবৎসর পরমায়ুকে বাড়াইয়া বত্রিশ বৎসর করিয়া ছিলেন, ইহা কে না জানে? এবং মার্কণ্ডেয়াদি ঋষির কথা আর কি বলিব? অতএব নিশ্চয় জানিবে যে, তাঁহাদেরও আয়ুবৃদ্ধির মূল কারণ প্রাণায়াম রূপ মহাতপস্যাই।

আয়ুঃক্ষয় ও বৃদ্ধির প্রনালী।

মনে কর—একবড়লোক শিশুকাঠ্ এবং উত্তম লোহার কল্ কব্জা দ্বারা এক খানা নিখুঁৎ গাড়ী প্রস্তুত করাইয়া মিস্ত্রীকে জিজ্ঞাসা করিলেন যে, এই গাড়ী খানা কতদিন টিকিবে? মিস্ত্রী বলিল—যদি প্রত্যহ কল কব্জাগুলি মাজিয়া ঘসিয়া

---

* "ষট্ শতানি দিবা রাত্রৌ সহাস্রাণ্যেকবিংশতিং।
অজপানামগায়ত্রীং জীবো জপতি সর্ব্বদা॥" (প্রাণতোষিণী)

সযত্নে রাখেন, এবং প্রত্যহ দশটা হইতে ছয়টা পর্য্যন্ত চালান, তবে নিশ্চয়ই দুই বৎসর বেশ চলিবে, তিন বৎসরের সময় মেরামত ধরিবে, তবু আরও দুই বৎসর চলিবে, পরে গাড়ীখানা আর চলিবে না, ভাঙ্গিয়া পড়িবে, আমার এইরূপ বিবেচনা হইতেছে।

বাবু মিস্ত্রীর কথা ভুলিয়া গেলেন, কল্ কব্জা পরিস্কার রাখিলেন না, মরিচা ধরিল, এবং এক প্রাতঃকাল হইতে অপর প্রতঃকাল যাবৎ "কালীঘাটের ছেক্ড়া গাড়ী" উপাধি লাভ করিয়া, এক বৎসরের মধ্যেই বাবুর সখের গাড়ী পঞ্চত্ব পাইল। বাবু অবশ্যই দুঃখিত হইলেন ও গাড়ী নির্ম্মিতা মিস্ত্রীকে ডাকিয়া জিজ্ঞাসা করিলেন, "মিস্ত্রী! গাড়ী ত এক বৎসরেই ভাঙ্গিয়া গেল, কৈ পাঁচ বৎসর ত গেল না?" মিস্ত্রী কহিল, "বাবু! আমার কথা মিথ্যা হয় নাই, হিসাব খতাইলে বুঝিতে পারিবেন যে, পাঁচ বৎসরের বেশীই গাড়ী খানা চলিয়াছে, কেননা? দেখুন—আমি বলিয়াছিলাম দশটা হইতে ছয়টার কথা, মনে করুন আট্ ঘণ্টা চালাইলে, কথার কথা ধরিয়া লউন, যেন গাড়ীর চাকাটা, পঞ্চাশ হাজার বার আবর্ত্তিত হইত, (ঘুরিত) কিন্তু আপনি আট্ ঘণ্টা স্থলে চব্বিশ ঘণ্টা চাকা গুলিকে ঘুরাইলেন, এক দিনেই তিন দিনের আয়ুঃক্ষয় হইয়া গেল, এই হিসাবে দুই বৎসরেই ছয়বৎসরের চাকাঘুরাণের কায হইয়া গেল, সুতরাং গাড়ীর কি অপরাধ?" তখন বাবু বুঝিলেন কথাটা ঠিক্।

এইরূপে নিঃশ্বাস উচ্ছ্বাস সম্বন্ধেও বুঝিবে, যদি নিয়মিত একুশ হাজার ছয় শত নিঃশ্বাস হইতে প্রত্যহ আহার বিহারাদির দোষে অধিক ব্যয় হইয়া যায়, তবেই আয়ুঃক্ষয় হইয়া গেল বুঝিতে হইবে, আর অধিক ব্যয় না হইলেই প্রাণ জমা রহিল বুঝিতে হইবে।

মানবের ললাটে সত্য সত্যই বিধাতাপুরুষ আসিয়া জন্মের ষষ্ঠাহে

"এতদিন তুমি বাঁচিবে" এরূপ লিখিয়া যায় না; কিন্তু পিতা মাতার যে অবস্থায় যে উপাদানে যেমনসময় যে ভাবে গর্ভাশয়ে শরীর গঠিত হইয়াছে, সেই শরীরে কতগুলি নিঃশ্বাস উচ্ছ্বাসরূপ বায়ু প্রবাহিত হইবে, ইহাই নির্ঘণ্ট থাকে, এই নিঃশ্বাস উচ্ছ্বাসের হিসাব সূক্ষ্ম, এজন্য জ্যোতিষ শাস্ত্রে জন্মলগ্ন, তিথি ও নক্ষত্রাদি অনুসারে দিন, পক্ষ, মাস, ঋতু, অয়ন ও বৎসররূপ কাল ধরিয়া আয়ু নির্ণয় করিয়াছে। কালের গতিই বিধি লিপি, অন্য কিছু নহে, এ কথা বেদব্যাস বলিয়াছেন * ও তাহই বৈদ্যশাস্ত্রে অভিহিত হইয়াছে—

"বায়ুরায়ুর্ব্বলং বায়ুর্ব্বায়ুর্ধাতা শরীরিণাম্।
বায়ুঃ সর্ব্বমিদং বিশ্বং প্রভুর্ব্বায়ুঃ প্রকীর্ত্তিতঃ॥"

অর্থ—প্রাণিগণের নিঃশ্বাস উচ্ছ্বাসরূপ বায়ুই আয়ু জানিবে, এবং বল ও বায়ু, শরীরটাকে বায়ুতেই ধরিয়া রাখিয়াছে, সমস্ত ব্রহ্মাণ্ডই বয়ুময়, অতএব বায়ুই প্রভু বলিয়া কীর্ত্তিত হয়। ঐ নিঃশ্বাস উচ্ছ্বাসরূপ আয়ুর ক্ষয় দুই প্রকারে সংঘটিত হয়, সংখ্যাগত ও আয়তন গত, সংখ্যার কথা বলা হইল, এখন আয়তনের কথা বক্তব্য—পবন বিজয় নামক স্বরোদয় যোগশাস্ত্রে লিখিত আছে—

"দেহাদ্বিনির্গতো বায়ুঃ স্বভাবাদ্দ্বাদশাঙ্গুলঃ।
গমনে ষোড়শাঙ্গুল্যো ভোজনে বিংশতি স্তথা॥
চতুর্ব্বিংশাঙ্গুলিঃ পান্থে নিদ্রায়াং ত্রিংশদঙ্গুলিঃ।
মৈথুনে ষট্ ত্রিংশদুক্তং ব্যায়ামে চ ততোঽধিকং॥

অর্থ—স্বভাবতঃ প্রাণবায়ু দেহ হইতে নির্গত হইয়া দ্বাদশাঙ্গুলি বাহিরে যায়, এবং গমনে ১৬ ষোল অঙ্গুলি, ভোজনে ২০ অঙ্গুলি, ধাবনে ২৪ অঙ্গুলি,

* "এতে কালস্য নিধয়ো নৈতান্ জানন্তি দুর্ব্বুধাঃ।
ধাত্রাভিলিখিতান্যাহুঃ সর্ব্বভূতানি কর্ম্মণা॥" (মহাভা, স্ত্রী ৭।১২—)

স্বভাবেহস্য গতে মৃত্যে পরমায়ুঃ প্রবর্দ্ধতে।
আয়ুঃক্ষয়োহধিকে প্রোক্তো মারুতে চান্তরোদ্‌গতে" ॥

নিদ্রায় ৩০ অঙ্গুলি, স্ত্রীসহবাসে ৩৬ অঙ্গুলি ও ব্যায়ামের সময় তদপেক্ষা অধিক প্রবাহিত হয়। যিনি অভ্যাস দ্বারা নিঃশ্বাসের বহির্গমন স্বাভাবিক রাখিতে পারেন, তাহারই পরমায়ু বৃদ্ধি হয়, আর যাহার স্বাভাবিক হইতে অধিক পরিমাণে নিশ্বাস বহির্গত হয়, তাহারই আয়ু ক্ষয় হইবে।

অতএব স্বাভাবিক সুস্থদেহে প্রবাহিত দ্বাদশাঙ্গুল আয়তন বিশিষ্ট বায়ুকে গুরূপদেশ নিয়মে যদি ক্রমে ক্রমে কমাইয়া, চারি অঙ্গুলি, দুই অঙ্গুলি এবং শেষে নাসা দণ্ড পর্য্যন্ত নিঃশ্বাস উচ্ছ্বাসের প্রবাহ অভ্যস্ত করা যায়, এবং অনিয়ত গমন, অনিয়ত ভোজন, অনিয়ত ধাবন ও অনিয়ত নিদ্রাত্যাগ করিয়া ১৬ অঙ্গুলি, ২০ অঙ্গুলি ২৪ অঙ্গুলি, ৩০ অঙ্গুলি অপেক্ষায় নিঃশ্বাস উচ্ছ্বাসের আয়তন কমান যায়, তবেই সমধিক আয়ুর্বৃদ্ধি হয়, নচেৎ আয়ুঃ ক্ষয় হয়। তাই ভগবদ্গীতা বলিয়াছেন—

"প্রাণাপানৌ সমৌ কৃত্বা নাসাভ্যন্তরচারিণৌ" (৫,২৭)

অর্থ—প্রাণ এবং অপান বায়ুকে সমানভাবে নাসার অভ্যন্তরে বিচরণ করাইবে। অর্থাৎ উচ্ছ্বাসগ্রহণ করিতে নাসা দণ্ডের বাহির হইতে বায়ু আকর্ষণ করিবে না, এবং নিশ্বাসও নাসা দণ্ডের বাহিরে যাইবে না, কিন্তু বস্তিস্থানহইতে নাসাদণ্ডযাবৎই বায়ুর আনাগোনা হইবে। এবং—

"যুক্তাহারবিহারস্য যুক্তচেষ্টস্য কর্ম্মসু।
যুক্তস্বপ্নাববোধস্য যোগো ভবতি দুঃখহা"। (৬।১৭)

অর্থ—যাহারা আহার, গমন, বাক্য, শব্দশ্রবণ, দর্শন, স্পর্শ, গন্ধগ্রহণ, নিদ্রা ও জাগরণ প্রত্যহ নিয়মিতরূপে আচরণ করে, তাহাদেরই সম্বন্ধে প্রাণায়ামাদ যোগ সমস্ত দুঃখ বিনাশ করে।

যদিও অল্প বয়সেই প্রাণক্রিয়া সুগম ঘটে, সে জন্য অধিকবয়সে প্রাণায়াম শিক্ষা একেবারেই হইবে না, ইহাও ঠিক নহে; বরং কিঞ্চিৎ কষ্ট-সাধ্য ও অভ্যাস সাপেক্ষ হইবে, তাই উক্ত হইয়াছে—

"যুবা বৃদ্ধোঽতিবৃদ্ধো বা ব্যাধিতো দুর্ব্বলোঽপিবা।
অভ্যাসাৎ সিদ্ধিমাপ্নোতি সর্ব্বযোগেষতন্দ্রিতঃ॥" (হঠযোগপ্রদীপ)

অর্থ—মানব যুবাই হউক, আর বৃদ্ধাতিবৃদ্ধই হউক, এবং রুগ্ন দেহই হউক আর দুর্ব্বলই হউক, অভ্যাসবশে প্রাণায়াম সিদ্ধি করিতে সমর্থ হইবেই, ইহাতে আর তর্ক বিতর্ক নাই।

উক্তরূপে প্রাণায়াম পূর্ব্বক যথাবিধি সন্ধ্যা সমাধা করিয়া যথাক্রমে তর্পণ ও গায়ত্রী জপ শেষ করিবে। তর্পণের শক্তিতে বৃক্ষ, তৃণ, লতা, গুল্ম, কীট, পতঙ্গ, মশক, দংশক, পিপীলিকা, পশু, পক্ষী, সর্প, সমগ্র পৃথিবীর মনুষ্য, পিতৃলোক ও স্বর্গের দেবতাগণ, শত্রু, মিত্র, জন্মজন্মান্তরের দাস, দাসী, ও পাতালের নাগগণ, অধিক কি বলিব, হিন্দুর তর্পণের শক্তিতে আব্রহ্ম স্তম্ব পর্য্যন্ত পরিতৃপ্ত হন * এবং জীবনো-

হিন্দুধর্ম্মের-উদার ভাব।

* "আব্রহ্মস্তম্বপর্য্যন্তং দেবর্ষি-পিতৃমানবাঃ।
তৃপ্যন্তু পিতরঃ সর্ব্বে মাতৃমাতামহাদয়ঃ॥
অতীতকুলকোটীনাং সপ্তদ্বীপনিবাসিনাং।
আব্রহ্ম ভুবনাল্লোকাদিদমস্তু তিলোদকং॥
দেবা যক্ষাস্তথা নাগা গন্ধর্ব্বাপ্সরসোঽসুরাঃ।
ক্রূরাঃ সর্পাঃ সুপর্ণাশ্চ তরবো জম্ভগাঃ খগাঃ॥
বিদ্যাধরা জলাধারাস্তথৈবাকাশগামিনঃ।
নিরাহারাশ্চ যে জীবাঃ পাপে ধর্ম্মে রতাশ্চয়ে।
তেষামাপ্যায়নায়ৈতদ্দীয়তে সলিলং ময়া॥
যেঽবান্ধবা বান্ধবা বা যেঽন্যজন্মনি বান্ধবাঃ।
তে তৃপ্তিমখিলাং যান্তু যে চাস্মত্তোয়কাঙ্ক্ষিণঃ॥"

পম জল সকলেরই বাঞ্ছনীয়, এই জলদানরূপ কৃতজ্ঞতা সত্ত্বগুণের চরম উৎকর্ষ, এই সত্ত্ব সঞ্চয়ে আয়ু ও আরোগ্য বৃদ্ধি হইবে, ইহাতে সন্দেহ কি? হিন্দুরা ত্রিলোকের প্রাণীকে জল না দিয়া নিজে জল গ্রহণ করে না। যাহারা বলে মরাগরুতে ঘাস খায়না, তাহাদিগকে লক্ষ্য করিয়া যোগী যাজ্ঞবল্ক্য যোগ চক্ষুতে দেখিয়া বলিয়াছেন—

"নাস্তিক্যভাবাদ্‌যশ্চাপি ন তর্পয়তি বৈ সুতঃ।
পিবন্তি দেহরুধিরং পিতরো বৈ জলার্থিনঃ॥" (আহ্নিকতত্ত্ব)

অর্থ—পিতৃলোক নাই, মৃত ব্যক্তি পুত্রাদির প্রদত্ত অন্ন জল গ্রহণ করে না, ইত্যাদি ভাবিয়া যাহারা তর্পণ পরিত্যাগ করে, পিপাষাতুর পিতৃপুরুষেরা তাহাদের শরীরের রক্ত শোষণ করে, তাহারা অল্পায়ু হয়।

অভীষ্ট-দেবপূজা।

সম্প্রদায় অনুসারে যাহার যিনি অভীষ্ট দেব, তিনি শিব, শক্তি, সূর্য্য, বিষ্ণু, ও গণেশ এই পঞ্চ দেবতার মধ্যে অন্যতমকে মুখ্যরূপে * অর্চ্চনা করিবেন। তন্মধ্যে কর্ম্মাঙ্গ বিধায় পঞ্চ দেবতার পূজা গৌণভাবে হইলেও শিবপূজা ও বিষ্ণুপূজা বিশেষ নিত্য, শিব ও বিষ্ণু পূজা ও তৎপাদোদকপান ব্যতীত জলবিন্দু পানও নিষিদ্ধ। অপরাপর ঔষধ কোনও রোগে খাটে, কোন রোগে খাটে না, কিন্তু তাম্রপাত্রে তুলসীচন্দনাক্ত শালগ্রামশিলাধৌত মন্ত্রপূত বিষ্ণুপাদোদক সকল রোগাধিকারেই মহৌষধ, ইহা শিবের ব্যবস্থা—যথা—"অকাল-

---

(২) যদ্যপি দেবতা এক মাত্র ব্রহ্মেরই বিবর্ত্ত, কেবল নাম এবং রূপেরই ভেদ, বস্তুর ভেদ নাই, তথাপি পিতৃপিতামহাদি ক্রমে উপাসনা দ্বারা যেই দেবতা আরাধিত হইয়া আসিছেন, বা যেই দেবতাতে আরাধ্যত্ব রূপে স্বত্ব স্থির হইয়া রহিয়াছে, পুত্রাদির স্থাবর সম্পত্তির মত উত্তরাধিকারীরূপে অনায়াসে সেই দেবতা আরাধন করার স্বত্বটাই সুগম হয়, পৈত্রিক দেবতা ছাড়া, নূতন দেবতাতে স্বত্ব স্থির করা কঠিন হইয়া পড়ে।

মৃত্যু-হরণং সর্ব্ব-ব্যাধি-বিনাশনম্।" শালগ্রামাদি জীবন্ত দেবতা, এই শালগ্রামশিলা, ভক্তি শ্রদ্ধা, মন্ত্র, ধূপ, ধুনা, পুষ্প, ও চন্দনাদি পাইলেই জীবিত থাকেন, নচেৎ মরিয়া যায়—অন্তর্হিত হইয়া যায়। শালগ্রামশিলা যে গৃহে না থাকে সে গৃহ শ্মশান তুল্য, আর থকিলে মঙ্গল হয়।

উক্ত শিবাদিপঞ্চদেবতার পূজা অস্মদ্দেশে তন্ত্রোক্তই প্রসিদ্ধ, তন্মধ্যে প্রাণায়াম এবং ভূতশুদ্ধি বিশেষ আলোচ্য।

এখন মাধ্যাহ্নিক ইষ্টদেবতা পূজায়—এই একটা যুক্তিযুক্ত প্রশ্ন উঠিতে পারে যে, পূর্ব্বে প্রাণায়ামের সম্বন্ধে যত প্রশংসা বোধক বচন উক্ত হইয়াছে, তাহার অধিকাংশ প্রমাণই সাবিত্রী প্রাণায়াম সম্বন্ধেই অভিহিত, পৌরাণিক বা তান্ত্রিক প্রাণায়াম সম্বন্ধে নহে, তবে তান্ত্রিক প্রণায়ামের বিশেষত্বটা কি? কথাটা সত্য বটে।—

তান্ত্রিক প্রাণায়াম ও ভূতশুদ্ধির বিশেষত্ব।

কিন্তু সাবিত্রী প্রাণায়াম প্রথম শিক্ষার্থীর ও কলির দুর্ব্বল লোকের পক্ষে সমধিক কষ্টকর, অথবা অসাধ্য বলিলেও হয়, কেন না "একমাত্রো ভবেদ্ হ্রস্বো দ্বিমাত্রো দীর্ঘ উচ্যতে॥" অর্থাৎ এক মাত্রাত্মক শব্দের নাম হ্রস্ব, আর দ্বিমাত্রাত্মক শব্দের নাম দীর্ঘ এই শাস্ত্রোক্ত মাত্রা নিয়মে গণণায় দেখা যায় সাবিত্রী প্রাণায়ামের পূরকে ৯৫ মাত্রা, কুম্ভকে ৯৫ মাত্রা, এবং রেচকেও ৯৫ মাত্রা। এইরূপ প্রাণায়াম প্রথমে ধরিয়া মাত্রই শিক্ষা হইতে পারে না, এজন্য পূরাণ ও তন্ত্রে একাক্ষর বীজ মন্ত্রের আড়াই মাত্রার ১৬ বারে পূরক, অর্থাৎ ১৬ বারে ৪০ মাত্রা হয়, আড়াই মাত্রা একাক্ষর বীজ মন্ত্রের ৬৪ বারে কুম্ভক, অর্থাৎ ৬৪ বারে ১৬০ মাত্রা হয়, এবং ঐ একাক্ষর বীজের ৩২ বারে রেচক, অর্থাৎ ৩২ বারে ৮০ মাত্রা হয়, এই নিয়ম পূর্ণমাত্রায় শিক্ষিতের পক্ষে বুঝিবে।

কিন্তু যাহারা প্রথম শিক্ষার্থী, তাহাদের পক্ষে উক্ত পূর্ণমাত্রার চতুর্থাংশ

অর্থাৎ সার্দ্ধদ্বিমাত্রক (২॥০) বীজমন্ত্রের ৪ বারে পূরক, অর্থাৎ ৪ বারে ১০ মাত্রা হয়। আর ১৬ বারে কুম্ভক, অর্থাৎ ষোলবারে ৪০ মাত্রা হয়, এবং উহার ৮ বারে রেচক, অর্থাৎ ৮ বারে ২০ মাত্রা হয়। এইরূপ অল্প মাত্রায় অভ্যাস করিতে করিতে হৃতপিণ্ড ক্রমশঃ দৃঢ় ও স্ফীত হইলে পরে যথাক্রমে মূলমন্ত্র দ্বারা ১৬, ৬৪, ও ৩২ বারে পূরক কুম্ভক ও রেচক অক্লেশে হইতে পারে, তখন মূলমন্ত্রপ্রাণায়াম বা সাবিত্রীপ্রাণায়াম তাহাদের পক্ষে অতি সুগম ও আনন্দদায়ক হইয়া থাকে, এইরূপ অভ্যাসশীল সাধকের ত্রিসীমায়ও ব্যাধি বা অকালমৃত্যু আসিতে পারে না। কিন্তু কৃষ্ণ মন্ত্রীদের প্রাণায়াম রেচক পূরক কুম্ভকান্ত। এবং এক (১) সাত (৭) ও বিশ (২) বারে প্রাণায়াম জানিবে। পরন্তু প্রাণায়ামীদের পক্ষে কতকটা আহারাদির নিয়ম রাখিলে ভাল হয়। যথা—

সুস্নিগ্ধ মধুরাহার শ্চতুর্থাংশ বিবর্জ্জিতঃ।
ভুজ্যতে শিবসংপ্রীত্যৈ মিতাহারঃ স উচ্যতে ॥ ১ ॥
ভোজনমহিতং বিদ্যাৎ পূনরস্যোষ্ণীকৃতং রুক্ষং।
অতিলবণমম্লযুক্তং কদশন শাকোৎকটং বর্জ্যং ॥ ২ ॥
বর্জ্জয়েদ্দুর্জ্জন প্রান্তং বহ্নি স্ত্রীপথিসেবনং।
প্রাতঃ স্নানোপবাসাদি কায়ক্লেশবিধিং ত্যজেৎ ॥ ৩ ॥
অথাসনে দৃঢ়ো যোগী বশী হিতমিতাশনঃ।
গুরূপদিষ্টমার্গেণ প্রাণায়ামান্ সমভ্যসেৎ।৪। (হঠ প্রদীপিকা)

অর্থ—যাহারা গৃহস্থ, তাহারা নিত্য আহ্নিক পূজার অন্তর্গত প্রাণায়াম করিবে, তাহারা স্নিগ্ধ-তৈল ঘৃতাদি এবং মধুর রসবিশিষ্ট শর্করাদি নিজের প্রীতির অনুরূপ ভোজন করিবে, কিন্তু উদরের ত্রিভাগ পরিপূর্ণ করিয়া ভোজন করিবে, চতুর্থ ভাগশূন্য রাখিবে, ইহারই নাম মিতাহার ॥ ১ ॥ যোগীগণের মধ্যে এই একটা কথা প্রচলিত আছে—

আঁতে তিতা দাঁতে নুন,
জলে কর্পূর পানে চুণ।
আহার কর তিন কোণ,
সকাল বিকাল নিকাল যায় (ময়লা)
তার কৌড়ি না বৈদ্যে খায়॥”

যে সমস্ত ব্যঞ্জন পর্য্যুসিত হইয়া অতি শীতল হইয়া যায়, তাহাকে পুনর্ব্বার উষ্ণ করিয়া, অতি রুক্ষ ছোলা ভাজা প্রভৃতি, অতি লবণ, অত্যম্ল, ঘৃণাজনক বস্তু, এবং অধিক শাক আহার করিবে না॥২॥

দুষ্টলোকের সংসর্গ, অতিরিক্ত পরিমাণে অগ্নির উত্তাপ, অতিরিক্ত স্ত্রী সংসর্গ ও পর্য্যটন, প্রাতঃস্নান, এবং শরীরশোষক অত্যুপবাস প্রভৃতি পরিত্যাগ করিবে॥ ৩॥

অনন্তর যে কোনও একটা সুখাসন অভ্যাস করিয়া জিতেন্দ্রিয়গৃহী হিতকর ও পরিমিত আহারশীল হইয়া গুরুর উপদেশানুসারে প্রাণায়াম অভ্যাস করিবে॥ ৪॥

উক্ত প্রবন্ধে বিবরিত সবীজ প্রাণায়াম গৃহস্থের সম্বন্ধেই হিতকর বুঝিবে, যাহাদের স্ত্রী পুত্র বন্ধু বান্ধব ও সমাজে বাদ বিসম্বাদ নিয়া অগত্যা থাকিতে হইবে, বা যাহারা অপরিহার্য্য কারণ বা প্রতিবন্ধকে কতকটা আহার ও নিদ্রাদির নিয়ত নিয়ম রক্ষাদি করিতে সমর্থ হইবে না, অথচ সন্ধ্যা গায়ত্রী জপ পূজা ইত্যাদি না করিয়া জল গ্রহণ করেন না, তাঁহাদের উক্ত প্রাণায়াম এবং তৎ সম্বন্ধে আহারাদির নিয়ম কদাচিৎ রক্ষা না হইলেও অনিষ্ট হইবে না, ইহাই গৃহীর আচরণীয় প্রাণায়ামের একটা অপূর্ব্ব মাহাত্ম্য, কিন্তু যোগীদের তাহা নহে। নির্ব্বীজাদি প্রভেদে প্রাণায়াম বহুবিধ, এস্থানে অনাবশ্যকীয় বিধায় তাহা বিবৃত

হইল না। এজন্যই যোগীদিদিগের এবং গৃহস্থের প্রাণায়ামের বিশেষ পার্থক্য, সেই নির্ব্বীজাদি প্রাণায়াম গৃহীর পক্ষে অহিতকর জানিবে।

পরন্তু, আহারের অল্পপূর্ব্বে ও পরে এবং শৌচ প্রস্রাবের সময় কয়টী নিয়ম গুরুর নিকটে অবশ্য অবশ্যই গৃহস্থ প্রাণায়ামীদিগের শিক্ষণীয়। তবেই নিত্য আহ্নিকের অঙ্গ প্রাণায়ামের সম্পূর্ণ ফল প্রাপ্ত হইতে পারে, নচেৎ নহে। ইহাও এস্থলে বক্তব্য যে প্রাণায়ামীদিগের শরীরে গ্রন্থিবাত, উদরাময় প্রস্রাবের ও হৃৎপিণ্ডের শ্লেষ্মজনিত দোষ নিশ্চয়ই জন্মিবে না, জন্মিলেও সাংঘাতিক হইবে না, পাঞ্চভৌতিক-শরীরের স্বাভাবে অন্যান্য রোগ হইবে না এমন নহে, কিন্তু মারত্মক হইবে না ইহাই প্রাণায়ামের বিশেষত্ব।

বৈদিক পৌরাণিক ও তান্ত্রিক প্রাণায়ামের মধ্যে তান্ত্রিক প্রাণায়ামের

প্রাণায়ামে সাংখ্য পাতঞ্জল ও বেদান্ত।

আবার ইহাও বিশেষত্ব যে, তান্ত্রিক প্রাণায়ামের আদি মধ্য ও অন্তে ঋষিগণ বেদান্ত পাতঞ্জল ও সাংখ্য দর্শনের সার সিদ্ধান্তিত অর্থ নিয়োগ করিয়াছেন।

যথা—মূলাধারস্থিত দীপকলিকাকার জীবাত্মাকে সহস্রারাবস্থিত পরমাত্মায় লীনকরণ দ্বারা জীব ব্রহ্মের একত্ব সাধনে অদ্বৈতবাদ বেদান্তের গুহ্যতত্ত্ব পরিস্ফুট হইয়াছে। মূলাধার, স্বাধিষ্ঠান, মণিপুর, অনাহত, বিশুদ্ধ ও আজ্ঞা, এই ষট্‌চক্রভেদ পূর্ব্বক জীবাত্মার সহস্রার প্রাপনোপদেশে পাতঞ্জলের সবীজ সমাধিতত্ত্ব পরিব্যক্ত হইয়াছে। এবং সেই পরমাত্মাতে পৃথিবী, অপ্, তেজ, বায়ু আকাশ, গন্ধ, রস, রূপ, স্পর্শ, শব্দ, নাসিকা, জিহ্বা, চক্ষু, ত্বক্, শ্রোত্র, বাক্, পাণি, পাদ, পায়ু উপস্থ, মন, বুদ্ধি অহঙ্কার, এই চতুর্ব্বিংশতি তত্ত্বের লয় সাধনের উপদেশ দ্বারা সাংখ্য শাস্ত্রোক্ত প্রকৃতি পুরুষের বিবেকোপদেশ নিবদ্ধ হইয়াছে।

এখন ভূতশুদ্ধির বিষয় বক্তব্য, "ভূতশুদ্ধি"—ইহাও ঈশ্বরোপাসনা সন্ধ্যা পূজা ও প্রাণায়মের উপাঙ্গ বিশেষ, ভোজনাদি পাত্রের প্রাত্যহিক মার্জ্জনাদি দ্বারা শুদ্ধির ন্যায় গুরূপদেশমার্গে এই পাঞ্চভৌতিকারব্ধ শরীরগত ক্ষিতি, অপ্, তেজ, মরুৎ ও ব্যোম এই পঞ্চভূতের শুদ্ধির নাম "ভূতশুদ্ধি" এই ভূতশুদ্ধি দ্বারা শারীরিক ভূত পঞ্চকের প্রত্যহ পরিশোধন না করিলে এই ভৌতিক দেহ অল্পদিনেই দুরারোগ্য রোগে বিনাশ পথের পথিক হইবে, ইহা স্থির নিশ্চয়। কিন্তু ভূতশুদ্ধি করিলে প্রত্যহ পুরাতন কলেবরটা বহ্নিবীজ দ্বারা পাপ পুরুষের সহিত দগ্ধ করিয়া চন্দ্রবীজের চন্দ্রামৃত স্পর্শে নবকলেবর সৃষ্টিকরিয়া এবং পৃথ্বীবীজ জপদ্বারা দৃঢ়ীভূত করিয়া কর্ম্মক্ষম করিতে হয়। এই প্রাণায়াম ও ভূতশুদ্ধির প্রকার তন্ত্র শাস্ত্রের লৌহপেটিকায় নিহিত, ইহার চাবি গুরুর নিকটে জানিবে। সেজন্যই গীতায় ভগবান্ বলিয়াছেন "শ্রুত্বান্যেভ্য উপাসতে" (১৩,২৫) অর্থাৎ গুরুর নিকটে উপদেশ লইয়া ঈশ্বারোপাসনা করিবে।

ভূতশুদ্ধি বা নবকলেবর।

এখন মন্ত্র শক্তির বিষয়টা বলিয়া জিজ্ঞাসুগণের মনের সংশয় নিবৃত্তির চেষ্টা কর্ত্তব্য। বর্ত্তমান সময় অনেকেই মন্ত্র বিষয়ে কতগুলি আপত্তি করেন না যথা—

মন্ত্র এবং মন্ত্রশক্তি।

কেহ বলেন ব্রাহ্মণের বৈদিক সাবিত্রী মন্ত্রই যথেষ্ট, তার উপরে আবার তান্ত্রিক মন্ত্র কেন? কথাটা অংশতঃ সত্যবটে, কিন্তু শাস্ত্রে বলেন এজন্মেই হউক. আর পর জন্মেই হউক, উক্ত সাবিত্রী মন্ত্রের সম্পূর্ণ ফল প্রাপ্তির জন্য তান্ত্রিক মন্ত্রই সুগম উপায়। কেন না? সাবিত্রী মন্ত্রের মূখ্য প্রতিপাদ্য বিষয় পরিদৃশ্যমান সূর্য্য নহে, পরন্তু পরব্রহ্ম, সেই নিরাকার অবাঙ্মনস গোচর, কিম্ভূত কিমাকৃতি পরব্রহ্মের স্বরূপ উপলব্ধি বা উপাসনা করা তমোগুণবহুল কলিযুগের সাধকের সাধ্যাতীত; সেজন্যই

তান্ত্রিক মন্ত্রের বিশেষ প্রয়োজনীয়তা।

তাহা গীতায় বলেন—"ক্লেশোঽধিকতরস্তেষামব্যক্তাসক্তচেতসাং" (১২,৫) অব্যক্ত পরব্রহ্মের উপাসকদিগের তৎপ্রাপ্তির পথ অধিক ক্লেশ সঙ্কুল। ইহাই তন্ত্রশাস্ত্রেও বলেন—

"আগমক্তেন বিধিনা কলৌ দেবান্ যজেৎ সুধীঃ।
ন হি দেবাঃ প্রসীদন্তি কলৌ চান্যবিধানতঃ॥

অর্থ—বুদ্ধিমান্ ব্যক্তি তন্ত্রোক্ত বিধানেই কলিযুগে অভীষ্ট দেবতার উপাসনা করিবে; অন্য বৈদিক বা পৌরাণিক বিধানে উপাসনা করিলে দেবতা প্রসন্ন হইবে না, ইহা ভূয়ো ভূয়ঃ বহুতর শাস্ত্রে ব্যক্ত আছে।

তন্ত্রোক্ত বিবর্জ্জিত পরব্রহ্ম ধরিতে ছুইতে পারা যায়, সে জন্য পঞ্চবক্ত্র, ত্রিনেত্র বিশিষ্ট শিবাদি স্থূল দেবতার মধ্য দিয়া সেই—"সত্যং জ্ঞানমনন্তং" সূক্ষ্ম ব্রহ্মের সাক্ষাৎকার এজন্মে না হউক বহু জন্মের পর লাভ হইলেই বা হানি কি? ব্রহ্ম পদার্থটা কিছু "ওঠ্ ছুঁড়ী তোর বিয়ের" মত এত তাড়া তাড়ি পাইবার বস্তু নহে। তাই ভগবান্ গীতাতে বলিয়াছেন—

"বহূনাং জন্মনামন্তে জ্ঞানবান্ প্রপদ্যতে"—(৭,১৯) অর্থ—অনেক জন্মের পরেজ্ঞান লাভ করিয়া আমাকে (ব্রহ্মকে) পাইতে পারে।

অব্যক্ত অতীন্দ্রিয় ব্রহ্মেরই বিবর্ত্ত স্থূলরূপবিশিষ্ট পঞ্চবক্ত্র ত্রিনেত্র বিশিষ্ট শিবাদি দেবতা সাধকের পক্ষে সমধিক হিতকর, এজন্যই তান্ত্রিকী দীক্ষার বিশেষ আবশ্যকতা। পূর্ব্বতন ত্রিকালজ্ঞ ঋষিগণ ও ভগবান্ শঙ্কর সেই সেই দেবতার অব্যক্ত নাম বিশেষকেই "মন্ত্র" নামে অভিহিত করিয়াছেন।

"মন্ত্র" অর্থে মন্ত্রণা, গুপ্ত ভাষণ (মন্ত্রি গুপ্তভাষণে, মন্ত্রি ধাতু হইতে মন্ত্র-শব্দ নিষ্পন্ন) উক্ত মন্ত্রের রহস্য অতি গভীর। শব্দমাত্রেরই একটা অর্থ-আছে. অন্যের কথা বলা বাহুল্য, অস্মদাদির শব্দে পশুরও একটা সঙ্কেত

পরিগ্রহ আছে দেখা যায়, কুক্কুরটা "তু" শব্দ করিলেই নিকটে আসে, "ছুঁঃ শব্দ করিলেই পালাইয়া যায়, ইহা প্রত্যক্ষ সিদ্ধ।

তবে বলিতে পার যে, শিবাদি দেবতার "শিব" প্রভৃতি ব্যক্ত নাম থাকিতে একটা কিম্ভূতকিমাকার বিদ্‌কুটে ক্রীং শ্রীং অব্যক্তনামের প্রয়োজন কি? ব্যক্ত শিব !!! নারাণ !!! শম্ভো !!! ইত্যাদি নামে ডাকিলেই বেশ হয়, বেশ হয় বটে, ঐ নামে হৃদয়ের আবেগের সময় প্রাণ ভরিয়া ডাকিলে অন্তর্যামী তিনি জানিতেও পারেন, আমাদিগেরএকটা হৃদয়ের বলবৎ আশ্রয় এবং আশ্বাস লাভও হয় বটে, কিন্তু তাহাতে মনের ডাক্‌টা সুষ্ঠু হয় না, মনে প্রাণে ডাকিতে হইলে এবং অনীর্ব্বচনীয় আনন্দলাভ করিতে হইলেই বীজ-মন্ত্রে ডাকিতে হয়, এবং বীজমন্ত্রের এমনি একটা শক্তি আছে যে, যে সাধক গুরূপদেশমার্গে একাগ্রচিত্তে বীজমন্ত্রজপ করে, সেই জপের সময় সংখ্যায় এবং প্রমাণে নিঃশ্বাস উচ্ছ্বাস অনেকটা কমিয়া যায়, অন্য সময় যদি মিনিটে ১০টা নিঃশ্বাস উচ্ছ্বাস দ্বাদশাঙ্গুল প্রমাণে প্রবাহিত হয়, কিন্তু জপ করিতে বসিলে মিনিটে পাচটা নিশ্বাস উচ্ছ্বাস চতুরঙ্গুল প্রমাণে প্রবাহিত হয়, ইহা অনুষ্ঠান কবিলে প্রত্যক্ষই বুঝিতে পারা যায়। সুতরাং এই হিসাবে প্রণবায়ু প্রভাত সঞ্চিত হইতে হইতে আয়ুর্বৃদ্ধির প্রধান কারণ বীজমন্ত্র জপই হইয়া থাকে, ইহাতে সন্দেহ নাই।

এ জন্যই গীতাতে ভগবান্ বলিয়াছেন যে—

"যজ্ঞানাং জপযজ্ঞোহস্মি" ॥ (১০,২৫)

অর্থাৎ সর্ব্বপ্রকার যজ্ঞের মধ্যে আমি "জপ যজ্ঞ" অর্থাৎ মন্ত্র জপের মত আর কোনও যজ্ঞই উৎকৃষ্ট নহে। কেননা জপযজ্ঞে বাহিরের সামগ্রী কিছুরই অপেক্ষা করে না, শুচি অশুচি গমনে উপবেশনে সকল অবস্থাতেই জপ যজ্ঞ হইতে পারে।

এই বীজমন্ত্রগুলি এমনি ভাবে ভগবান্ শঙ্কর বিরচন করিয়াছেন যে, উহা রীতিমত উচ্চারণ করিলে জিহ্বার মৃদু মৃদু স্পন্দনজনিত শরীরাভ্যন্তরে উদরে কণ্ঠে মস্তকে, শিরায় শিরায় ধমনীতে ধমনীতে, স্নায়ুতে স্নায়ুতে সূক্ষ্মরূপে বায়ুর আঘাত প্রতিঘাত দ্বারা শরীরের স্বাস্থ্য, ও বল পুষ্টি বর্দ্ধিত হয়। টেলিগ্রাফের তারে একটুকুমাত্র টিপি লাগিলেই যেমন দূর দূরান্তরে তাড়িত চালিত হয়, বীজমন্ত্রের উচ্চারণেও ঠিক্ শরীরের মধ্যে সেইরূপ ক্রিয়া হয়। বেদ পাঠে ও স্তব কবচপাঠেও এই প্রক্রিয়ায়ই নিঃশ্বাস উচ্ছ্বাস কমিয়া যায়। বেদ পাঠের সময় উদাত্ত অনুদাত্ত হ্রস্ব দীর্ঘ প্লুতস্বরে উচ্চারণ করিতে গেলে যতক্ষণ না স্বর সমাপ্ত হয়, ততক্ষণ নিঃশ্বাস বদ্ধই রাখিতে হয়, এইরূপ স্তব কবচ পাঠেও যাবৎ না পাদ শেষ হয়, তাবৎ নিশ্বাস বদ্ধ রাখিতেই হয়, এজন্যই বেদপাঠ ও স্তব কবচপাঠে আয়ু বৃদ্ধি হয়, ইত্যাদি ফলশ্রুতি বর্ণিত আছে। সুতারাং বেদ ও স্তবাদি পাঠে একে ঈশ্বরে ভক্তি, দ্বিতীয় নিঃশ্বাস উচ্ছ্বাসরোধে আয়ুবৃদ্ধি এই দ্বিবিধ ফলই লাভ হয়। ইহা অনেকেই জানেন যে—

"অষ্টৌ স্থানানি বর্ণানামুরঃ কণ্ঠঃ শিরস্তথা
জিহ্বামূলঞ্চ দন্তাশ্চ নাসিকোষ্ঠৌ চ তালু চ॥"

(পাণিনি শিক্ষা)

অর্থ—জিহ্বা দ্বারায় কণ্ঠ ও তালুতে অভিহত বায়ুর সংযোগে বক্ষঃ, কণ্ঠ, মস্তক, জিহ্বামূল, দন্ত, নাসিকা, ওষ্ঠ, ও তালু এই আট্ স্থান হইতে বর্ণ উচ্চারিত হইয়া থাকে॥

লোকে কথা বলিবার সময় শব্দের আঘাতে প্রতিঘাতে কখন বক্ষঃ, কখন উদর, কখন কণ্ঠ, ইত্যাদি স্থান এক একবার উচু, এক একবার নীচু হয়, এইরূপ অস্ফুটভাবে উচ্চারিত বীজ মন্ত্রের আঘাতে প্রতিঘাতেও

আপাদমস্তকে ক্রিয়া হইতে থাকে, এই জাতীয় ক্রিয়াতেই মানবের রজস্তমোভাব বিলীন করে, এবং অলৌকিক আনন্দ প্রদান করে।

জনবিশেষে মন্ত্রবিশেষ।

কিন্তু সকল বীজ মন্ত্রে সকলের পুষ্টিসাধন করে না, সকলের হিতকর হয় না, হয় ত, যে মন্ত্র একের অনুকূল হইবে, ধর্ম্ম, অর্থ, কাম, মোক্ষ এই চতুর্ব্বর্গ প্রদানে সমর্থ হইবে, বল, পুষ্টি, আরোগ্য ও দীর্ঘ জীবনের হেতু হইবে, আবার সেই মন্ত্র অপরের সর্ব্বনাশের কারণ হইতে পারে। এই জন্যই তন্ত্র শাস্ত্রে মন্ত্রোদ্ধারের প্রক্রিয়া বিধান করিয়াছে, যাহার যেরূপ রাশি নক্ষত্র ও নাম নির্দ্দিষ্ট আছে, তদনুসারে গণনা করিয়া পরীক্ষা করিয়া যাহার শরীরের উপযোগী যেই বীজমন্ত্র হইবে, ইহা বিশেষরূপে বিচার করিয়া গুরু তাহাকে সেই মন্ত্র প্রদান করিবেন। মন্ত্রের নাম ব্যক্তিভেদে পৃথক্ পৃথক্ হইয়া থাকে, "ঋণী" "ধনী" "সিদ্ধ" "সাধ্য" "সুসিদ্ধ" ও "অরি" ইত্যাদি নামক অনেক মন্ত্র আছে।

তন্ত্র শাস্ত্রে এক এক বিদ্যার অসংখ্য মন্ত্র আছে, কিন্তু তাহার মধ্য হইতে তোমার হিতকর মন্ত্রটা বাছিয়া বাহির করা সহজ নহে, এজন্যই সদ্‌গুরুর একান্ত আবশ্যক। উক্ত বীজ মন্ত্রগুলি নিরর্থক নহে, তাহার প্রতিপাদ্য অর্থও অতি আশ্চর্য্য ; সেই মন্ত্রার্থ নির্ণয় করিবার জন্যই ভগবান্ শঙ্কর বীজাভিধান সৃষ্টি করিয়াছেন, সূক্ষ্মরূপে ধরিতে গেলে বৈদিক গায়ত্রীর প্রতিপাদ্য অর্থ ও বীজ মন্ত্রের অর্থ একই দাড়াইবে, তবে এই মাত্র প্রভেদ যে, বৈদিক গায়ত্রীর মন্ত্রের অর্থ নিরাকারব্রহ্ম, আর বীজমন্ত্রের অর্থ সাকার ব্রহ্ম, সাধনার পক্ষে নিরাকার ব্রহ্মাপেক্ষায় সাকারব্রহ্মই সমধিক হিতকর ও সুবিধাজনক। এজন্যই ভগবান্ গীতায় বলিয়াছেন যে "ক্লেশোঽধিকতরস্তেষামব্যক্তাসক্তচেতসাং" (৭,১৮) অর্থ - অব্যক্ত নিরাকার

ব্রহ্মোপাসনায় যাহাদের চিত্তের আসক্তি, তাহাদের অধিকতর ক্লেশ।

অধিক কি বলিব? মুসলমান জাতীয়মধ্যে জ্ঞানী ঋষি সাধক মহম্মদ প্রভৃতি মহাত্মগণ যেন হিন্দু। আচার ব্যবহারকে বিপরীত অর্থাৎ উল্টাইয়া গ্রহণ করিয়া হিন্দুর সহিত "মরা মরা" বলিতে রামের মত একই লক্ষ্য স্থির রাখিতে যত্নবান্ হইয়াছিলেন, এবং মন্ত্রের বা ঈশ্বরের নামের বেলাও বিপরীত ভাবে কিঞ্চিৎ শ্রুতিভেদ করিয়া একই বীজ মন্ত্র ঠিক রাখিয়াছেন, ইহা একটুকু প্রণিধান করিলেই বুঝা যায়।

হিন্দুও মুসলমানের মন্ত্রের সমতা।

যেমন "হলীম্" "কলীম্" "করীম্" "রহীম্" ইত্যাদি ঈশ্বর নামের আদ্যক্ষরের স্বরবর্ণটা ছাড়িয়া দিয়া উচ্চারণ করিলেই অবিকল তন্ত্রোক্ত বীজমন্ত্র হইয়া যায়, সুতরাং তাঁহারাও আমাদের মন্ত্রের সারবত্তা বুঝিতে পারিয়াই চতুরতা পূর্ব্বক হিন্দুশাস্ত্রোক্ত ঈশ্বরোপাসনা অবিকল রাখিয়াছেন, প্রতিপাদ্য বিষয়ও একই হয়। যেমন অ, উ, ম, এই সমস্ত প্রণবের বিপরীত ক্রমে উ অ, ম, এই ব্যস্তপ্রণব "বম্" শব্দদ্বারা ভগবান্ শঙ্করের প্রীতি সাধন হয়, তেমন হলীম্, কলীম্, করীম্ ও রহীম্, শব্দোচ্চারণে ঈশ্বরের প্রীতি সাধন হইবে না কেন? তবে এইটুকু মাত্র প্রভেদ যে, আমাদের বীজ মন্ত্রও তাহাদের শাস্ত্রোনুমোদিত নহে, এবং তাহাদের সেই সেই হলীম্, কলীম্ ইত্যাদি মন্ত্র বা ঈশ্বরের নামও আমাদের শাস্ত্রানুমোদিত নহে বিধায়ই নিজ নিজ শাস্ত্রীয়তা রক্ষাই সকলের পক্ষে শ্রেয়।

উক্তরূপে যথাশাস্ত্র পূজা আহ্নিক স্তব কবচাদি পাঠ সম্পন্ন করিয়া বলি কর্ম্ম ও বৈশ্বদেব হবন কর্ম্ম করিবে।

সন্ধ্যা তর্পণ ও শিব পূজার মত পঞ্চ মহাযজ্ঞও গৃহস্থের নিত্য কর্ত্তব্য, পঞ্চ মহাযজ্ঞ—১ ব্রহ্ম যজ্ঞ, ২ পিতৃযজ্ঞ, ৩ দেব যজ্ঞ, ৪ নৃযজ্ঞ,

৫ ভূত যজ্ঞ।

১ম—ব্রহ্ম যজ্ঞ বেদপাঠ—অসমর্থ পক্ষে চারিবেদের প্রথম চারিটি মন্ত্র পাঠ ও স্তব কবচাদি পাঠ।

২য়—পিতৃ যজ্ঞ—পিত্রাদির শ্রাদ্ধ, অসমর্থ পক্ষে তর্পণমাত্র।

৩য়—দেবযজ্ঞ—পূজা বৈশ্বদেব হোমপ্রভৃতি ও বলিকর্ম্ম।

৪র্থ—ভূতযজ্ঞ—যথাশক্তি কাক কুক্কুর পিপীলিকাদিকে যথাবিধি অন্নদান।

৫ম—নৃযজ্ঞ—যথাশক্তি অতিথি সেবা, এমন কি মধ্যাহ্নে যদি চণ্ডালও উপস্থিত হয়, তবে তাহাকে দেববুদ্ধিতে ভোজন করাইয়া পরে জাতি কুল নাম দেশ ইত্যাদি পরিচয় জিজ্ঞাসা করিবে, অগ্রে নহে।

উক্ত পঞ্চ মহাযজ্ঞের মাহাত্ম্যে গৃহস্থের প্রত্যহ অনিবার্য্য পঞ্চসূনা * অর্থাৎ উনন, শীলনোড়া, ঝাঁটা, কুলা বা ঢেকী, ও জলের কলস রাখিবার স্থানে ক্ষুদ্র ক্ষুদ্র প্রাণিহত্যায় জাত পাপ নষ্ট হয়।

উক্ত ভূতযজ্ঞ ও নৃযজ্ঞ দ্বারা যে হিন্দুধর্ম্মের কি অদ্বিতীয় উদারতা প্রকাশ হইয়াছে তাহা এই বিশ্ব-ব্রহ্মাণ্ডে অতুলনীয়, একমাত্র ইহাই হিন্দুর হিন্দুত্বের বিশেষ পরিচায়ক।

হিন্দুর গৃহস্বামী অগ্রে দেবতা, মনুষ্য, পশু, পক্ষী, সিদ্ধ, যক্ষ, সর্প, দৈত্য, প্রেত, পিশাচ, তরু, পিপীলিকা, কীট, পতঙ্গ, এবং, মাতৃপিতৃহীন, বন্ধুবান্ধবহীনদিগকে যথাবিধি অন্নদান করিবে, আর কাক এবং কুক্কুরকে

---

* "অধ্যাপনং ব্রহ্মযজ্ঞঃ পিতৃযজ্ঞস্তু তর্পণং।
হোমো দৈবো বলির্ভৌতো নৃযজ্ঞোঽতিথি সেবনং॥ (মনু ৩।৭।)
পঞ্চসূনা গৃহস্থস্য চুল্লীপেষন্যুপস্করঃ।
কাণ্ডনী চোদকুম্ভশ্চ বধ্যতে যাস্তু বাহয়ন্॥ (মনু।৬১।)

মুষ্টি পরিমাণ অন্ন ভূমিতে দিবে, ইহাই ভূতযজ্ঞ, পরে গৃহস্বামী নিজে আহার করিবে, নচেৎ পাপগ্রস্ত হইবে। *

এইরূপ প্রত্যহ ভূতযজ্ঞ করিলে মন নির্ম্মল হইবে, মন ও দেহের সত্ত্বগুণ বৃদ্ধি হইবে, সুতরাং সেই পরিবারভুক্ত সকলেরই সত্ত্বগুণের শক্তিতে স্বাস্থ্যরক্ষা ও দীর্ঘজীবন লাভ হইবে ইহা বিচিত্র নহে।

তৎপরে যদি সম্ভবে তবে পরের গাভীকে নচেৎ নিজের গাভীকে মন্ত্র পূর্ব্বক "গোগ্রাস" প্রদান করিয়া নমস্কার করিবে। †

অনন্তর আহার। নব্য শিক্ষিতদের মধ্যে অনেকেই বলেন যে,

---

* "দেবা মনুষ্যাঃ পশবো বয়াংসি,
সিদ্ধাঃ সযক্ষোরগদৈত্যসঙ্ঘাঃ।
প্রেতাঃ পিশাচাস্তরবঃ সমস্তা,
যে চান্নমিচ্ছন্তি ময়া প্রদত্তং॥
পিপীলিকাঃ কীট পতঙ্গকাদ্যাঃ,
বুভুক্ষিতাঃ কর্ম্মনিবন্ধবদ্ধাঃ।
প্রযান্তু তে তৃপ্তিমিদং ময়ান্নং,
তেভ্যো বিসৃষ্টং সুখিনো ভবন্তু॥
যেষাং ন মাতা ন পিতা ন বন্ধু,
নৈবান্নসিদ্ধি র্ন তথান্নমস্তি।
তত্তৃপ্তয়েহন্নং ভুবি দত্তমেতৎ,
প্রযান্তু তৃপ্তিং মুদিতা ভবন্তু॥"
(ইত্যাদি মন্ত্র, আহ্নিকতত্ত্ব ও মার্কণ্ডেয় পুরাণে)

† গোগ্রাসের মন্ত্র—"সৌরভেয্যঃ সর্ব্বহিতাঃ পবিত্রাঃ পুণ্যরাশয়ঃ।
ঘাসগ্রাসং ময়া দত্তং প্রতিগৃহ্লন্তু মাতরঃ॥
প্রণাম মন্ত্র— নমো গোভ্যঃ শ্রীমতীভ্যঃ সৌরভেয়ীভ্য এবচ।
নমো ব্রহ্মসুতাভ্যশ্চ পবিত্রাভ্যো নমোনমঃ॥"

আহারের সহিত ধর্ম্মের কি সম্বন্ধ ? আহারের সহিত ধর্ম্মের আবার কি সম্বন্ধ ? যাহা মুখরোচক সুস্বাদু তাহাই খাদ্য, ইহাতে আবার ভক্ষ্যাভক্ষ্যের বিচার কি ? খাদ্যবস্তু খাদ্যপাত্র ও পাচক পরিষ্কার পরিচ্ছন্ন হইলে সকল বস্তুই (শূকর গরু ইত্যাদি) সকল পাত্রে (শান্‌কি উচ্ছিষ্ট পাত্র প্রভৃতি) সকলের হাতেই (মেথর, মুর্দ্দাফরাস বাবুর্চ্চি প্রভৃতি) অনায়াসে খাওয়া যায়, ইহাতে ধর্ম্মনষ্ট জাতিনষ্ট হইবে কেন ? হিন্দুয়ানীরই বা কি ক্ষতি ? এই প্রশ্নের উত্তরটা অধিক কঠিন নহে, প্রথম প্রশ্ন—আহারের সহিত ধর্ম্মের কি সম্বন্ধ ? ইহার প্রত্যুত্তরে বলাযায় যে, পিতার সহিত পুত্রের যেমন পোষ্য—পোষক সম্বন্ধ, আহারের সহিতও ধর্ম্মের অবিকল ঐরূপ পোষ্য পোষাক সম্বন্ধ. আহার্য্য পোষক ধর্ম্মপোষ্য, আহারের দোষে ধর্ম্ম নষ্ট হয়, আর আহারের গুণে ধর্ম্ম রক্ষিত হয়। "শরীরমাদ্যং খলু ধর্ম্মসাধনং" শরীরই ধর্ম্মের মুখ্যসহায়, যে শরীর ধর্ম্মের মুখ্যসহায় সেই শরীরের সহিত আহারের কার্য্য—কারণ রূপ সম্বন্ধ, অন্ন কারণ, ও শরীর অন্নের কার্য্য। পুত্র যেমন পিতারই রূপান্তর, তেমন এই দেহও অন্নেরই রূপান্তর, এতদ্বিষয়ে বেদাদি সকল শাস্ত্রেরই এক মত, কারণের যে প্রকার গুণ বা শক্তি, কার্য্যেরও অবিকল সেই প্রকার গুণ ও শক্তি উৎপন্ন হয় ইহা নিশ্চিত, সুতরাং অন্ন যে রূপ শরীরও তদনুরূপই হইবে, মহাকবি মহাপণ্ডিত শ্রীহর্ষ বলিয়াছেন—

"অন্নানুরূপং তনুরূপঋদ্ধিঃ কার্য্যং নিদানাদ্ধি গুণানধীতে ॥" (নৈষধ)
অর্থ—অন্নের অনুরূপই শরীরের শৌর্য্য বীর্য্য পরাক্রম রূপ লাবণ্য ইত্যাদি জন্মিয়া থাকে, কেন ? না, কারণের গুণ কার্য্য লাভ করিয়া থাকে, এমন কি আহারের শক্তিতে মতি গতি ও স্বভাবই বদলাইয়া যায়, অতএব অন্ন যদি ধর্ম্মানুসারে বিশুদ্ধ হয়, তবে শরীরও নির্দ্দোষ নির্ব্যাধি

বিকৃত হইবে, আর অন্ন যদি ধর্ম্মে দূষিত অপবিত্র হয়, তবে শরীরও দূষিত রুগ্ন ভুগ্ন জরাগ্রস্ত হইবে। ইহাতে তর্ক কি? দেখাযায় দুগ্ধ পান করিলে স্বভাব সৌম্য হয়, আর মদ্য পান করিলে স্বভাব উগ্র উদ্ধত হয়, ইহা প্রত্যক্ষসিদ্ধ, অতএব ধর্ম্মের সহিত আহারেরই মুখ্য সম্বন্ধ ইহা বিনা তর্কে স্বীকার করিতেই হইবে।

আহার্য্য বস্তু।

কেন না? মানবের দেহটা অন্নেরই পরিণাম, উহা পিতৃপিতামহ ও মাতৃমাতামহাদি ক্রমে পুরুষ পররাম্পরায় অনেক দূর হইতে পরিণত হইতে হইতে ভূপৃষ্ঠে আবর্ত্তিত ক্রীড়াকন্দুকের মত আসিয়া উপস্থিত হয়। সেই পিতৃপিতামহাদি ও মাতৃমাতামহাদির আহার্য্যবস্তুই এই শরীরের উপাদান। স্বজাতীয় বস্তুই স্বজাতীয় বস্তুর পুষ্টিসাধন করে, যেমন জল জলের, অনল অনলের, মৃত্তিকা মৃত্তিকার সংযোগে বৃদ্ধিপ্রাপ্ত হয়। সে জন্য যাহার পূর্ব্বপুরুষ যে জাতীয় আহার্য্য বস্তু ব্যবহার করিত, তাহার শরীর সেই উপাদানভূত আহার্য্যবস্তু সেবনেই নীরোগ হৃষ্ট পুষ্ট বলিষ্ঠ হইবে, বিপরীত ব্যবহারে অনিষ্ট হইবে। যেমন সাত্ত্বিকাদি ভেদে আহার্য্যবস্তু তিন প্রকার, সেইরূপ দেশ কাল ও পাত্র ভেদেও আহার্য্য বস্তু তিন প্রকার, এজন্যই যে দেশে যাহার জন্ম অর্থাৎ যে দেশের জল বায়ু ও মৃত্তিকা যাহার শরীরের উপাদান, তাহার পক্ষে সেই দেশ জাত এবং সে দেশে চির প্রচারিত খাদ্য দ্রব্যই হিতকর, বিদেশীয় খাদ্য তাহার স্বাস্থ্য বা আয়ুবর্দ্ধক হইতে পারে না। ইহা মহর্ষি চরকের উপদেশ। *

এই হেতু ভারতবর্ষীয় লোকের অন্য দেশীয় খাদ্য, এবং অন্য দেশীয় লোকের ও ভারতবর্ষজাত খাদ্য স্বাস্থ্যের কারণ হইবে না।

* "দেশঃ পুনঃ স্থানং দ্রব্যাণামুৎপত্তি প্রচারাদিস্থানঞ্চাচষ্টে" (বিমান, ১)

যে কালে যে ঋতুতে যে বস্তু আহার্য্য, অন্য কালে তাহা আহার্য্য নহে। যেমন দিবসে তিক্ত সক্তু তিল ও দধি আহার্য্য; রাত্রিতে তাহা নিষিদ্ধ। এইরূপে ঋতুভেদে আহার্য্যের ভেদ জানিবে * এবং পাত্র ভেদেও আহার্য্য অনাহার্য্য বুঝিতে হইবে ।

সত্ত্ব রজ ও তম—এই ত্রিগুণময় দেহ সাত্ত্বিক রাজসিক ও তামসিক ত্রিবিধ আহারেই সুস্থ থাকে, কেবল শুদ্ধ সাত্ত্বিক বা শুদ্ধ রাজসিক বা কেবল তামসিক আহারে সুস্থ থাকে না। যেমন ঘৃত, দুগ্ধ সাত্ত্বিক, কটু (ঝাল) লবণ মৎস্য মাংস রাজসিক, পূতি, শুষ্ক ও পর্য্যুসিত ইত্যাদি তামসিক আহার্য্য। কিন্তু অধিক মাত্রায় যে যাহা আহার করে, তাহার আহার তদনুরূপেই সাত্ত্বিকাদি নামে অভিহিত করা হয়।

আবার প্রকৃতির অনুরোধে ও আহার্য্যের ভেদ হয়, যথা—সত্ত্বপ্রকৃতি ব্রাহ্মণের সাত্ত্বিক আহার, রজঃপ্রকৃতি ক্ষত্রিয়ের রাজসিক আহার, ও তমঃপ্রকৃতি শূদ্রের তামসিক আহার উপযোগী। কিন্তু ব্রাহ্মণের মধ্যে যাহারা রজঃপ্রকৃতি বা তমঃপ্রকৃতি তাহাদের রাজসিক বা তামসিক আহারই অনুকূল, কেননা. ব্যাঘ্র মাংসাহার ও কুক্কুর বিষ্ঠা আহারেই পুষ্ট হয়, ঘৃত খাইলে মরিয়া যায়। আবার শূদ্রের মধ্যেও যাহারা সাত্ত্বিক বা রাজসিক তাহাদের পক্ষে সাত্ত্বিক ও রাজসিক আহারই শ্রেয়ঃ। †

একটা দৃষ্টান্ত—পূর্ব্বকালে দেবাসুর মিলিত হইয়া সমুদ্র মন্থন করেন, তাহাতে মন্দর পর্ব্বতের বৃক্ষ ঔষধি স্বর্ণ রজতাদি ধাতুদ্রব্য, এবং হীরকপ্রভৃতি মহৌষধি প্রস্তরাদি

অমৃত বস্তুটা কি ?

* বৈদ্যশাস্ত্রে ইহার অতি বিস্তৃত বিবরণ জ্ঞাতব্য।

† "স্বভাবো যঃ স পুনরাহারৌষধদ্রব্যাণাং স্বাভাবিকোগুর্ব্বাদি গুণযোগঃ" (চরক, বিমান, ১)

ঘর্ষণে তাহার নির্য্যাস মিশ্রিত কষায়িত জলই অমৃতরূপে উৎপন্ন হয়, * এই অমৃতের শক্তিতে জরারোগবর্জ্জিত দীর্ঘ জীবন লাভ হয়, এই অমৃত সত্ত্ব প্রকৃতি দেবগণের আহার্য্য, এবং তমঃ প্রকৃতি অসুরের উহা আহার্য্য নহে, এজন্য অমৃত ভক্ষণে দেবগণ অমর হইল, আর তমঃ প্রকৃতি অসুর রাহু তাহা ভক্ষণ করিয়া নিহত হইল। পরে যখন অতিমন্থনে কালকূট বিষ উৎপন্ন হইয়া ত্রিলোক বিষজ্বালায় দগ্ধ করিতেছিল, তখন সত্ত্বপ্রকৃতি ইন্দ্র চন্দ্র বায়ু বরুণ অধিক কি ? ব্রহ্মা বিষ্ণুও মনে করিলেন যে এই হলাহল আমাদের আহার্য্য নহে, কেন ? না আমরা সত্ত্ব ও রজঃ প্রকৃতি দেবতা, আমাদের সম্বন্ধে ইহা সত্য সত্যই বিষ, এই বিষ কখনই আমরা জীর্ণ করিতে পারিব না, এই হলাহল সর্ব্ব সংহারক তমঃপ্রকৃতি একমাত্র রুদ্রেরই আহার্য্য, তিনিই এই বিষজীর্ণ করিতে পারেন, যিনি সর্ব্বসংহারক তিনি বিষও সংহার করিতে পারিবেন, তিনি মৃত্যুরও মৃত্যু। আহার্য্য বিষয়ে দেবগণ এই যুক্তি স্থির করিয়া ভগবান্ রুদ্রকে আহ্বান করিলেন তখন তিনি উপস্থিত হইয়া অবলীলাক্রমে অঞ্জলি পূরিয়া হলাহল বিষ পান করিলেন, অপর দেবগণ অমৃত পানে দীর্ঘজীবী হইলেন, আর ভগবান কালাগ্নিরুদ্র বিষ পানে অমর মৃত্যুঞ্জয় হইলেন। অতএব আহার্য্য বস্তু সম্বন্ধে পাত্র অনুসারে আমাদেরও এই দৃষ্টান্ত অনুসরণীয়।

বৈদ্যশাস্ত্রোক্ত পাচন অরিষ্ট ও আসব উক্ত অমৃতেরই অনুকরণ হইবে।

এখন ইহার উপরে এই একটা আশঙ্কা হইতে পারে যে, যাহাদের পিতৃপিতামহ মৎস্য মাংস আহার করিত, তাহারা যদি অদৃষ্টগুণে সত্ত্ব-

---

* "ততো নানাবিধাস্তত্র সুস্রুবুঃ সাগরাম্ভসি।
মহাদ্রুমাণাং নির্য্যাসা বহবশ্চৌষধীরসাঃ॥
তেষামমৃতবীর্য্যাণাং রসানাং পয়সৈব চ।
অমরত্বং সুরা জগ্মুঃ কাঞ্চনস্য চ নিঃস্রবাৎ॥"
(ইত্যাদি, মহাভা, আদি, ১৮, ২৬,—

প্রকৃতি হয়—মৎস্য মাংসে বীতস্পৃহ হয়, তাহাদের কি কর্ত্তব্য ? তাহাদের সাত্ত্বিক আহারটা শরীরের উপকারক হইবে কিনা ? কেন না তাহার শরীরের উপাদান পিতৃমাতৃভুক্ত রজস্তমঃস্বভাব মৎস্য মাংসাদির পরমাণু, সাত্ত্বিক আহারের সহিত রাজসিক তামসিকের নিত্য বিরোধিতা। কুক্কুর পিতৃপিতামহ ক্রমে পূতিদুর্গন্ধ মল মাংসভোজী, সে যদি নিত্য হবিষ্যান্ন বা ঘৃতাদি সাত্ত্বিক আহার করে, তবে তাহার স্বাস্থ্য ভাল থাকে না, বরং মরিয়া ও যাইতে পারে। এখন ঐরূপ ব্যক্তির প্রকৃতিতে টানিতেছে সত্ত্বের দিকে, পিতৃপিতামহের আহার্য্য বস্তুতে টানিতেছে রজস্তমের দিকে ; সুতরাং তাহার সম্বন্ধে ব্যবস্থা হইতেছে যে,—

সত্ত্বপ্রকৃতি মানব, প্রকৃতির আকর্ষণে সাত্ত্বিক আহারের প্রেমিক হইলেও ঝটিতি রাজসিক তামসিক মৎস্য মাংস আহার পরিত্যাগ করিবে না, কিন্তু ক্রমে ক্রমে ছাড়িবে, তাড়াতাড়ি ছাড়িলে নিশ্চয়ই অস্বস্থ ও দুর্ব্বল হইয়া পড়িবে। প্রথমে প্রতিমাসে চারি রবিবারে, ও পঞ্চপর্ব্বে মৎস্য মাংস আহার করিবে না, এইরূপে কিছুদিন গেলে কার্ত্তিক মাসে মৎস্য মাংস আহার করিবে না, তৎপরে আবার কিছুদিন গেলে মাঘমাসে নিরামিষ ভোজন করিবে, আবার কিছুদিন পরে বৈশাখ মাসে নিরামিষ আহার করিবে, এইরূপে ধীরে ধীরে সহিয়া সহিয়া রাজসিক তামসিক আহার ছাড়িয়া সাত্ত্বিকআহার সহ্য হইলে তাহার সাত্ত্বিক আহার "আয়ু সত্ত্ব বলআরোগ্য সুখ ও প্রীতি বৃদ্ধি" হইবে ইহাতে সন্দেহ নাই। *

প্রতিপদাদি তিথিতে কুষ্মাণ্ড প্রভৃতি, রবিবারে ও পঞ্চপর্ব্বে মৎস্য নিষিদ্ধ আহার্য্য। মাংসাদি, অমাবস্যা পূর্ণিমার রাত্রে অন্ন, রাত্রে দধি শ্রীফল,

---

* "আয়ুঃ সত্ত্বলারোগ্য সুখপ্রীতি বিবর্দ্ধনাঃ।"
রস্যাঃ স্নিগ্ধাঃ স্থিরা মেধ্যা আহারাঃ সাত্ত্বিকপ্রিয়াঃ॥" গীতা ১৭। ৮।

ছাতু ও তিল, কার্ত্তিকমাসে মৎস্য, শয়নে কূর্ম্ম মাংস ইত্যাদি। সংযোগ-বিরুদ্ধ—শাক অম্ল মাষকলাই মৎস্য মাংস এবং লবণের সহিত দুগ্ধ, এবং মৎস্য মাংসের সহিত গুড় বা চিনি, এবং ঘৃতের সহিত মৎস্য নিত্যই সংযোগ বিরুদ্ধ অর্থাৎ বিষতুল্য হয়। নিকৃষ্ট কুক্কুট মাংসাদি স্বাস্থ্যকামী আহার করিবে না, আহার করিলে কখনই স্বাস্থ্য রক্ষা হইবে না; দীর্ঘায়ু হইবে না। ইহার প্রমাণ বর্ত্তমান ইংরাজী ধরণের হিন্দুসমাজে অকালমৃত্যু। অনেকে চিংড়ীমাছ ঘৃতে ভাজিয়া যাবনিক ভাবে "কালিয়া" এবং ছানার ডাল্‌না (যাহাতে লবণ নিষিদ্ধ) প্রস্তুত করাইয়া মুখরোচক করিয়া আহার করেন, তাঁহারা জানেন না যে উহা সাক্ষাৎ বিষভক্ষণ করিতেছেন।

এইজন্যই মহর্ষি মনু অতি নির্ব্বন্ধসহকারে বলিয়াছেন—

"অনভ্যাসেন বেদানামাচারস্য চ বর্জনাৎ।
অলস্যাদন্নদোষাচ্চ মৃত্যুর্ব্বিপ্রান্ জিঘাংসতি॥" (৫। ৫)

অর্থ—বেদের অনভ্যাস—অর্থাৎ উদাত্ত অনুদাত্ত সমাহারাদিস্বরে শ্বাস উচ্ছ্বাসের বহিষ্করণ ও বিধারণের অভাবে, নিজনিজ সদাচার ত্যাগে, এবং সামর্থ্য স্বত্বে অবশ্য কর্ত্তব্যকর্ম্মের পরিত্যাগে যেমন আয়ুক্ষয় হয়, কিন্তু অন্নদোষে—অর্থাৎ খাদ্যবস্তুর দোষে তদপেক্ষায় আয়ুক্ষয়—অধিক হয়, আয়ুক্ষয় অন্নদোষে যেমন হয়, এরূপ আর কিছুতেই হয় না। মনু আরও বলিয়াছেন—

"সর্ব্বেষামেব শৌচানামন্নশৌচং পরং স্মৃতং।
যোঽন্নে শুচিঃ স হি শুচির্ন মৃদ্বারিশুচিঃ শুচিঃ। * (৫। ১০৬)

অর্থ—যত প্রকার শৌচ—পবিত্রতা আছে, তন্মধ্যে অন্নের পবিত্রতাই

---

* "অন্নশৌচং" এস্থলে কোন কোন পুস্তকে "অর্থশৌচং" এইরূপ পাঠ আছে।

শ্রেষ্ঠ পবিত্রতা, যে ব্যক্তি অন্নের দ্বারা পবিত্র তিনিই যথার্থ পবিত্র, নচেৎ কেবল স্নান বা মৃত্তিকা দ্বারা গাত্র মার্জ্জন করিলেই যে পবিত্র হয় তাহা নহে। অতএব স্বাস্থ্য ও দীর্ঘায়ুর জন্য আহার্য্যবস্তু, পাচক, অপরের উচ্ছিষ্ট পাত্রাদি ও জাতির প্রতি বিশেষ লক্ষ্য রাখা একান্ত কর্ত্তব্য। *

পাচক ও পাচিকা। স্বহস্তে পক্ক অন্ন (অর্দ্ধ সিদ্ধ অপক্ক হইলেও) অমৃত তুল্য, মাতা পিতা গুরু ও জ্যেষ্ঠভ্রাতার পক্কান্নের ত কথাই নাই, ইহাদের উচ্ছিষ্টও পবিত্র এবং স্বাস্থ্য কর ও আয়ুর্ব্বৰ্দ্ধক, তৎপরে জ্ঞাতির পক্কান্ন পবিত্র জানিবে। কিন্তু জ্ঞাতি যদি শত্রুভাবাপন্ন হয়, † তবে তাহার পক্কান্ন হিতকর নহে। স্বধর্ম্মপূত আচারনিষ্ঠ স্ব স্ব জাতির পক্কান্ন পবিত্র।

ব্রাহ্মণ বর্ণশ্রেষ্ঠ বটে, তাই বলিয়া ব্রাহ্মণ মাত্রেরই পক্কান্ন বা স্পৃষ্টান্ন ভক্ষণীয় নহে; কেননা, মহর্ষি অত্রি বলেন—

"দেবো মুনির্দ্বিজো রাজা বৈশ্যঃ শূদ্রো নিষাদকঃ।
পশুর্ম্লেচ্ছোঽপি চাণ্ডালো বিপ্রা দশবিধাঃ স্মৃতাঃ॥ ১॥
সন্ধ্যাং স্নানং জপং হোমং দেবতানিত্য পূজনং।
অতিথিং বৈশ্বদেবঞ্চ দেবব্রাহ্মণ উচ্যতে॥ ২॥
শাকে পত্রে ফলে মূলে বনবাসে সদারতঃ।
নিরতোঽহরহঃ শ্রাদ্ধে স বিপ্রো মুনিরুচ্যতে॥ ৩॥
বেদান্তং পঠতে নিত্যং সর্ব্বসঙ্গং পরিত্যজেৎ।
সাংখ্যযোগবিচারস্থঃ স বিপ্রো দ্বিজ উচ্যতে॥ ৪॥
অস্ত্রাহতাশ্চ ধন্বানঃ সংগ্রামে সর্ব্বসম্মুখে।
আরম্ভে নির্জ্জিতা যেন স বিপ্রঃ ক্ষত্র উচ্যতে॥ ৫॥

---

* এসম্বন্ধে বিশেষ সংসর্গ শক্তিতে (৪২পৃঃ) দ্রষ্টব্য।
† "অন্যত্র কুলটা ষণ্ড পতিতেভ্যস্তথা দ্বিষঃ"॥ (যাজ্ঞ, আচা, ২১৫)

কৃষিকর্ম্মরতো যশ্চ গবাঞ্চ প্রতিপালকঃ।
বাণিজ্যব্যবসায়শ্চ স বিপ্রো বৈশ্য উচ্যতে॥ ৬॥
লাক্ষা লবণ সংমিশ্র কুসুম্ভক্ষীর সর্পিষাং।
বিক্রেতা মধুমাংসানাং স বিপ্রঃ শূদ্র উচ্যতে॥৭॥
চৌরশ্চ তস্করশ্চৈব সূচকো দংশকস্তথা।
মৎস্যমাংসে সদালুব্ধো বিপ্রো নিষাদ উচ্যতে॥ ৮॥
ব্রহ্মতত্ত্বং ন জানাতি ব্রহ্মসূত্রেণ গর্ব্বিতঃ।
তেনৈব চ স পাপেন বিপ্রঃ পশুরুদাহৃতঃ॥ ৯॥
বাপীকূপতড়াগানামারামস্য সরঃসু চ।
নিঃশঙ্কং রোধকশ্চৈব স বিপ্রো ম্লেচ্ছ উচ্যতে॥ ১০॥
ক্রিয়াহীনশ্চ মূর্খশ্চ সর্ব্বধর্ম্মবিবর্জ্জিতঃ।
নির্দ্দয়ঃ সর্ব্বভূতেষু বিপ্রশ্চাণ্ডাল উচ্যতে॥ ১১॥ (৩৬৩-৩৭৩)

অর্থ—ব্রাহ্মণ দশপ্রকার—যথা—১ দেব ব্রাহ্মণ। ২ মুনিব্রাহ্মণ। ৩ দ্বিজ ব্রাহ্মণ। ৪ ক্ষত্রিয় ব্রাহ্মণ। ৫ বৈশ্যব্রাহ্মণ। ৬ শূদ্র ব্রাহ্মণ। ৭ নিষাদ ব্রাহ্মণ। ৮ পশু ব্রাহ্মণ। ৯ ম্লেচ্ছব্রাহ্মণ। ১০ চাণ্ডালব্রাহ্মণ।

সন্ধ্যা স্নান জপ হোম প্রত্যহ দেবতার্চ্চন অতিথিসেবা এবং বৈশ্বদেবহোমে যে নিরত, তাহাকে দেবব্রাহ্মণ কহে॥ ১॥ যিনি শাক ফল মূল দ্বারা জীবিকা নির্ব্বাহ করেন, নিয়ত বনবাসী এবং পিতৃলোকের নিত্যশ্রাদ্ধ তৎপর, তাঁহাকে মুনিব্রাহ্মণ কহে॥ ২॥ যিনি বেদান্ত পাঠে নিরত, নিঃসঙ্গ, সাংখ্য এবং পাতঞ্জল প্রোক্তশাস্ত্রের বিচারজ্ঞ তাঁহাকে দ্বিজব্রাহ্মণ কহে॥ ৩॥ যিনি যুদ্ধক্ষেত্রে সম্মুখ সংগ্রামে বীর পুরুষগণকে জয় করিতে পারেন, বা অস্ত্রাঘাতে নিরস্ত করিতে পারেন, তাঁহাকে ক্ষত্রিয়ব্রাহ্মণ কহে॥ ৪॥ যে ব্রাহ্মণ কৃষিকর্ম্ম গোরক্ষণ ও বাণিজ্য ব্যবসায়ে রত, তাহাকে বৈশ্যব্রাহ্মণ কহে॥ ৫॥ যে ব্রাহ্মণ লাক্ষা লবণ কুসুম্ভ দুগ্ধ ঘৃত মধু ও মাংস বিক্রয় করে, তাহাকে

শূদ্রব্রাহ্মণ কহে॥ ৬॥ যে ব্রাহ্মণ চুরি ডাকাইতি করে, পরশ্রীকাতর পরমর্ম্মপীড়ক বা মৎস্য মাংসপ্রিয় তাহাকে নিষাদব্রাহ্মণ বলা যায়॥ ৭॥ যে ব্রাহ্মণ ব্রাহ্মণ্য কাহাকে বলে তাহাও জানেনা, কেবল গলায় পৈতা আছে বলিয়া অভিমান করে, তাহাকে পশুব্রাহ্মণ জানিবে॥ ৮॥ যে ব্রাহ্মণ বাপী কূপ পুষ্করিণী দীর্ঘিকা ও পুষ্পোদ্যান ব্যবহারার্থ জন সাধারণকে বাধা করে, তাহাকে ম্লেচ্ছব্রাহ্মণ কহে॥ ৯॥ যে ব্রাহ্মণ ক্রিয়াহীন মূঢ়গণ্ডমূর্খ সর্ব্বধর্ম্মভ্রষ্ট এবং সর্ব্ব প্রাণীর প্রতি নিষ্ঠুর ব্যবহার করে তাহাকে চণ্ডাল ব্রাহ্মণ বলে॥ ১০॥

সুতরাং শূদ্রব্রাহ্মণ নিষাদব্রাহ্মণ পশুব্রাহ্মণ ম্লেচ্ছব্রাহ্মণ ও চণ্ডাল ব্রাহ্মণের পক্কান্ন কখনই স্বাস্থ্যকর হইতে পারেই না, ইহারা সর্ব্বদাই তমোগুণে আচ্ছন্ন থাকে, ইহাদের বস্ত্র অপবিত্র, মন অপবিত্র নানাবিধ কুৎসিত রোগ, ইহাদের পক্ক ও স্পৃষ্ট অন্নে ঝটিতি দূষিত তাড়িত সংক্রামিত হইয়া ভোক্তার শরীরে প্রবিষ্ট হইয়া অস্বাস্থ্য সম্পাদন করিবে ইহা বিচিত্র নহে। কিন্তু ইহা আর্য্য জাতির সম্বন্ধে জানিবে।

শাস্ত্রে অবীরার হস্ত পক্কান্ন ভোজন অতি নিষিদ্ধ, * তাহার

অবীরা বা বিষকন্যা।

কারণ এই—পতি পুত্র হীনা অবীরাকে বিষকন্যা বলাযায়। কেননা—তাহাদের শারীরিক বিষদোষে জরায়ু দূষিত হইয়া সন্তান জননের বীজ দগ্ধ করিয়া ফেলে, সে হেতু পুত্রজন্মে না, এবং গুরুতর সংসর্গে সংক্রামিত বিষদোষে পতিও কাল কবলে পতিত হয়, সুতরাং ইহাদের হস্তপক্কান্নও সাংক্রামিক বিষদোষে দূষিত, তাহা ভক্ষণে

"অনর্চ্চিতং বৃথামাংসমবীরায়াশ্চ যোষিতঃ॥" (মনু, ৪, ২১৩)
"অবীরান্নঞ্চ যো ভুঙ্‌ক্তে যোঽসিজীবী চ ব্রাহ্মণঃ।
যস্ত্রিসন্ধ্যা বিহীনশ্চ স গোহত্যাং লভেদ্ধ্রুবং॥" (ব্রহ্মবৈ.)

স্বাস্থ্য ও আয়ুঃ ক্ষয় হয়। কিন্তু যাহাদের সহিত শুক্রশোণিত সংশ্রব আছে, যেমন মাসী পিসী ভগিনী প্রভৃতি, ইহারা অবীরা হইলে ও ইহাদের হস্ত পক্কান্ন দুষ্ট নহে, ইহাই ঋষিদের মত, কিন্তু যাঁহাদের অন্তরে স্নেহ-প্রীতি ও শ্রদ্ধা অকৃত্রিমভাবে বিরাজিত, সেই দেবীপ্রতিমা মাতা মাতৃতুল্যা জ্যেষ্ঠা ভগিনী প্রভৃতি যাহারা যত্নপূর্ব্বক পাক করিবে, সেই পাচিত বস্তুর পরমাণুতে পরমাণুতে স্নেহ শ্রদ্ধা পবিত্রতা জড়িত থাকিবে, সুতরাং সেই অন্ন আকণ্ঠ পূর্ণ আহার করিলেও অসুখ জন্মাইবে না, ববং উহা সুজীর্ণ হইয়া রস রক্তাদিরূপে ঝটিতি পরিণত হইয়া স্বাস্থ্য ও দীর্ঘায়ুর অনুকূল হইবে, শ্রদ্ধা স্নেহ প্রীতি প্রভৃতি যে অমৃতের নিষ্যন্দ প্রবাহিত ইহা প্রণিধানগম্য, স্থূলরূপে দেখা যায় না।

বিশেষতঃ জননী প্রভৃতি কুললক্ষ্মীগণ অল্প বস্তুতে একটুকু বস্তু ও অপচয় না করিয়া যেমন সুচারু ও পরিষ্কার পরিচ্ছন্নভাবে পাক কার্য্য করিবেন, অপর্য্যাপ্ত তৈল ঘৃত আদি বহুতর বস্তু বিনষ্ট করিয়াও পাচক-ঠাকুর বা রাঁধুনী ঠাকুরাণী দ্বারা তেমন পাক কখনই হইতে পারে না; কেন না পয়সা দিয়া স্নেহ শ্রদ্ধা ও প্রীতি মিলে না, তাহারা আড়া সিদ্ধ আড়া কাঁচা রাঁধিয়া দিয়া ছুটি পাইলেই আড্ডায় যাইয়া আমোদ করিতে পারে, এ দিকে তুমি খাইতে পার আর নাই পার। অতএব স্বাস্থ্য ও দীর্ঘায়ুষ্কামিগণের বিষ্ণুর লক্ষ্মীর মত, শিবের অন্নপূর্ণার মত যুধিষ্ঠিরের দ্রৌপদীর মত গৃহলক্ষ্মীদেরই পাচিতান্ন সেবন করা উচিত। অন্ততঃ পক্ষে সন্ধ্যাগায়ত্রীপূত দরিদ্র ব্রাহ্মণ বা পতিপুত্রবতী স্ত্রীগণের পক্কান্নও ভাল, কিন্তু পূর্ব্বোল্লিখিত শূদ্র-ব্রাহ্মণাদির ও অবীরার পক্কান্ন সাংক্রামিক বিষদোষে অত্যন্ত দুষ্ট জানিয়া পরিত্যাগ করিবে।

অপিচ, বরং দুই এক বেলা উপবাস করিয়া থাকায় স্বাস্থ্যের ক্ষতি

হইবে না, সামান্য কষ্ট হইবে মাত্র, কিন্তু রেলওয়ে বা ষ্টীমারে সেই অপবিত্র ধূলিকঙ্করযুক্ত পূতি দুর্গন্ধপূর্ণ ম্লেচ্ছস্পৃষ্ট খাদ্য কদাচও খাইবে না। ম্লেচ্ছাদির সহিত এক বেঞ্চে বসিয়া জল বা অন্যান্য ভক্ষ্যদ্রব্য কখনই খাওয়া উচিৎ নহে। উহা নিতান্ত সংক্রামকদোষে দূষিত। ইহারই পরিণামফল অস্বাস্থ্য ও অনায়ুষ্য, ইহার দৃষ্টান্তের অভাব নাই।

আহারের সময়—

"মুনিভির্দ্বিরশনং প্রোক্তং বিপ্রাণাং মর্ত্ত্য বাসিনাং নিত্যং।
অহনি চ তমস্বিন্যাং সার্দ্ধপ্রহর যামান্তঃ ॥"
(ছন্দোগ পরিশিষ্ট—)

অর্থ—ঋষিগণ পৃথিবীস্থ ব্রাহ্মণের সম্বন্ধে প্রত্যহই দিনের মধ্যে দুইবার ভোজনের ব্যবস্থা করিয়াছেন, দিবসে আড়াই প্রহরের মধ্যে, এবং রাত্রিতে দেড় প্রহরের মধ্যে আহার করিবে।

কিন্তু আয়ুর্ব্বেদ বলেন—

"যাম মধ্যে ন ভোক্তব্যং ত্রিযামস্তু ন লঙ্ঘয়েৎ।
যামমধ্যে রসস্তিষ্ঠেত্রিযামে তু রসক্ষয়ঃ ॥"

অর্থ—এক প্রহরে মধ্যে আহার করিলে শরীরে রসের ভাগ বৃদ্ধি হয়, আর তৃতীয়প্রহর অন্তে আহার করিলে রসক্ষয় হয়; উভয়েই অস্বাস্থ্যের কারণ।

অতএব উভয় শ্লোকের এক বাক্যতায় ইহাই উপপন্ন হইতেছে যে—দিবসে এক প্রহরের পরে আড়াই প্রহরের মধ্যে, এবং রাত্রে চারি দণ্ডের পরে চারি দণ্ডের মধ্যে আহার করা কর্ত্তব্য। সন্ধ্যা হইতে চারি দণ্ড রাত্র গৌণ দিবার অন্তর্গত জানিবে।

অসময়ে ভোজনের কুফল।

"অপ্রাপ্তকালো ভুঞ্জানোহপ্যসমর্থতনুর্নরঃ।
তাংস্তান্ ব্যাধীনবাপ্নোতি মরণঞ্চাধিগচ্ছতি ॥" (ভাবপ্রকাশ।)

অর্থ—আহারের সময় উপস্থিত না হইতে আহার করিলে শরীর

অকর্ম্মণ্য হইয়া পড়ে এবং শিরোগত পীড়া ও বিসূচিকাদি জন্মে, এমন কি মৃত্যু পর্য্যন্ত হওয়াও বিচিত্র নহে।

মহর্ষি চরকের উপদেশ—

আহারের প্রকার। "উষ্ণং স্নিগ্ধং মাত্রাবজ্জীর্ণে বীর্য্যাবিরুদ্ধং ইষ্টদেশে ইষ্টসর্ব্বোপ করণং নাতিদ্রুতং নাতিবিলম্বিতং ন জল্পন্ ন হসংস্তন্মনা ভুঞ্জীত আত্মানমভি সমীক্ষ্য সম্যক্" (বিমান, ১ম অঃ)

অর্থ—পূর্ব্বকৃত ভুক্ত দ্রব্য জীর্ণ হইলে পরিমিত ভাবে এবং অবিরুদ্ধ ঈষদুষ্ণ স্নিগ্ধ (ঘৃতাদি যুক্ত) অন্ন, পবিত্র—গোময়াদিলিপ্তস্থানে মনঃ প্রীতিকর পরিষ্কার ব্যঞ্জনাদি উপকরণ যুক্ত (অর্থাৎ—দোকানের বা ফিরিওয়ালার নোংরা পচা গলা ধুলা মাছি যুক্ত নহে,) অতি দ্রুতও নহে, অতি ধীরে ধীরে ও নহে, বৃথা গল্প ও হাস্য পরিহাস ত্যাগ করিয়া তদ্‌গতচিত্তে—একমনে নিজের শরীর ও স্বাস্থ্যের প্রতি বিশেষ লক্ষ্য রাখিয়া আহার করিবে।

শরীরতত্ত্ববিৎ চরকের এই উক্তিতে আমরা কি বিবেচনা করিতে পারি? ভারতবর্ষীয় আমাদের কি বিলাতীয় মহাত্মা "গ্লাডষ্টোনের" মত এক খণ্ড মাংস ১৫০ বার চিবাইয়া খাওয়া উচিত? কৈ? মুখের লালা বেশী খাইয়া শীঘ্র জীর্ণ করার উপদেশত কোন হিন্দুশাস্ত্রেইত দেখিতে পাই না। এবং ধীর ভোজনের নানা দোষ চরকে উক্ত আছে যথা—

"অতি বিলম্বিতং হি ভুঞ্জানো ন তৃপ্তিমধিগচ্ছতি বহু ভুঙ্‌ক্তে শীতলীভবতি চাহারজাতং বিষমপাকঞ্চ ভবতি তস্মান্নাতিবিলম্বিত মশ্নীয়াৎ।" (বিমান, ১ম অঃ)

অর্থ—অতিশয় ধীরে ধীরে আহার করিবে না, কেন না? যাহারা অতি ধীরে আহার করে তাহারা আহারে পরিতৃপ্ত হয় না, কেবল খাইতেই

থাকে আহারের মাত্রা বাড়িয়া যায়, আহার্য্য বস্তু শীতল হইয়া যায়, এবং পাচকাগ্নি বৈষম্যভাবপ্রাপ্ত হয়, অতএব অতিধীরে আহার সর্ব্বথা বর্জ্জনীয়।

স্নান না করিয়া কখনই আহার করিবে না, যেহেতু স্নান না করিলে পাচকাগ্নি বৃদ্ধি হয় না, বিশেষতঃ অস্নাত আহারে তৃপ্তিই হয় না। এজন্যই শাস্ত্রকারেরা নির্ব্বন্ধসহকারে নিষেধ করিয়াছেন—

"অস্নাত্বাশী মলং ভুঙ্‌ক্তে অজপী পূযশোণিতং।"

অর্থ—সুস্থশরীরে থাকিয়া স্নান না করিয়া যে খায়, সে বিষ্ঠা খায়, এবং সন্ধ্যা আহ্নিক না করিয়া যে খায়, সে পূঁয রক্ত খায়।

পরন্তু—"ইক্ষুরাপস্তথাক্ষীরং তাম্বূলং ফলমৌষধং।
ভক্ষয়িত্বা প্রকুর্ব্বীত স্নানদানাদিকাঃ ক্রিয়াঃ॥"

অর্থ—ইক্ষু, জল, দুগ্ধ, তাম্বূল, ফল, এবং ঔষধ ভক্ষণ করিয়াও স্নান দান পূজা ও পাঠ ইত্যাদি ক্রিয়া করিতে পারা যায়।

উক্ত বচনোক্ত ব্যবহার বঙ্গদেশের বাহিরেই প্রায় দেখা যায়। বঙ্গদেশে প্রাচীনকাল হইতেই ইক্ষু আদি আহারের পর স্নানাদি ব্যবহার নাই।

জল দ্বারা হস্ত পাদ ও মুখ ধৌত করিয়া আহার করিতে বসিবে, ইহাতে আয়ু বৃদ্ধি হয়, * পূর্ব্ব, দক্ষিণ, পশ্চিম ও উত্তর মুখে আহার প্রশস্ত। জীবৎপিতৃকের দক্ষিণ মুখ, ও পুত্রবন্তের উত্তর মুখে নিষিদ্ধ। কোণে মুখ করিয়া আহারে বসিবে না।

ভোজন পাত্র—সুবর্ণ, রজত, কাংস্য, প্রস্তর, কদলীপত্র, পদ্মপত্র এবং পলাশপত্র প্রশস্ত। লৌহ, তাম্র, পিত্তল ও কাচ এবং মৃৎপাত্র নিষিদ্ধ।

---

* "পঞ্চার্দ্রো ভোজনং কুর্য্যাদ্ ভূমৌ পাত্রং নিধায়চ" ॥ কূর্ম্ম ১৮।
আর্দ্রপাদস্তু ভুঞ্জীত, নার্দ্রপাদস্তু সংবিশেৎ।
আর্দ্রপাদস্তু ভুঞ্জানো দীর্ঘমায়ুঃ প্রবিন্দতি ॥" মনু। ৪। ৭৮॥

ভোজনের সময় হস্তে প্রশস্ত হীরকাদি রত্ন বা স্বর্ণাঙ্গুরীয় ধারণ করিবে * । ঐ রত্ন জল প্রোক্ষণে এবং তৎস্পর্শে ক্ষুদ্র ক্ষুদ্র অদৃশ্য কীটাণু মরিয়া যায়। ভোজনের পূর্ব্বে ১০।১৫ মিনিট্ এবং পরে ২০।২৫ মিনিট্ দক্ষিণ নাসিকার বায়ুর প্রবাহ রাখা উচিত, ইহাতে অগ্নি বৃদ্ধি হয়, অন্নের শীঘ্র পরিপাক হয় † ।

ভোজনের সময় অন্ন উপস্থিত হইলে তদ্দর্শনে প্রফুল্ল হইয়া অন্নকে ব্রহ্ম স্বরূপ মনে করিয়া মনে মনে প্রণাম করিবে, তৎপরে ভোজন পাত্রের চতুর্দ্দিকে জলধারা দ্বারা বেষ্টন করিবে।

মার্কণ্ডেয় পুরাণে ব্যাস বলেন—

"অপ্যেক পঙ্‌ক্তৌ নাশ্নীয়াৎ সংবৃতঃ স্বজনৈরপি ।
কো হি জানাতি কস্যাস্তে প্রচ্ছন্নং পাতকং মহৎ ॥
ভস্মস্তম্ব জলদ্বারমার্গৈঃ পঙ্‌ক্তিঞ্চ ভেদয়েৎ ॥"

অর্থ—আত্মপরিজনের সহিতও এক পঙ্‌ক্তিতে বসিয়া ভোজন করা উচিত নহে, কেন না, কাহার শরীরে প্রচ্ছন্নভাবে যে কত মহাপাতক (যাহা অন্নে সংক্রামিত হইয়া ভোক্তার শরীরে প্রবেশ করে) আছে, ইহা কে জানে? কিন্তু সমাজে উহা একান্ত অপরিহার্য্য, এজন্য ভস্ম, খড়, অথবা জলদ্বারা পঙ্‌ক্তি ভেদ করিয়া আত্মরক্ষা পূর্ব্বক আহার করিবে।

এইরূপে পঙ্‌ক্তিচ্ছেদ করিলে আর পাপীর শরীরের দূষিত তাড়িত

---

* "প্রশস্ত রত্নপাণিস্তু ভুঞ্জীত প্রযতো গৃহী ।
অন্নং প্রশস্তং পথ্যঞ্চ প্রোক্ষিতং প্রোক্ষণোদকৈঃ ॥"
"তেষু রক্ষো বিষব্যালব্যাধিঘ্নান্যঘহানি চ ।
প্রাদুর্ভবন্তি রত্নানি তথৈব বিগুণানি চ ।" (আহ্নিক তত্ত্ব)

† ইহার উপায় গুরুর উপদেশ সাপেক্ষ ।

অন্নে সংক্রামিত হইতে পারে না, এজন্য ঐ অন্ন ভোজনে আর কোনও শরীরিক ? অপকার ও হইতে পারেনা।

ভোজনে যাহাদের দৃষ্টি হিতকর— "পিতৃমাতৃ সুহৃদ্বৈদ্যপাপকৃদ্ধংসবর্হিণাং।
সারসস্য চকোরস্য ভোজনে দৃষ্টিরুত্তমা॥"

অর্থ—পিতা, মাতা, বন্ধু, বৈদ্য, পুণ্যাত্মা, হংস, ময়ূর, সারস, ও চকোরের দৃষ্টিতে অন্নের দোষ নষ্ট হয়।

চকোরের দৃষ্টির বিশেষত্ব এই যে—অন্নে কোনরূপ বিষাক্তপদার্থ আছে কি না? তাহা চকোরের দৃষ্টিতে ধরা যায়। কেন? না—

"চকোরস্য বিরজ্যেতে নয়নে বিষদর্শনাৎ।" (মৎস্য পুঃ)

অর্থ—ভোজনীয় বস্তুতে বিষ সংস্রব থাকিলে তদ্দর্শনে চকোরের চক্ষু বিকৃত হয়—চোক্ বুজিয়া থাকে, চোক্ ঢুলু ঢুলু হয়, না থাকিলে অবিকৃত থাকে।

বোধ হয় এজন্যই চকোর পক্ষী সমস্ত বিষের বিষ—বিষনাশক—বিষশোষক সূর্য্য তেজের ভয়ে দিবসে অন্ধকারস্থান আশ্রয় করে, রাত্রিতে সূর্য্য রশ্মির বিষজ্বালা নিবৃত্তির জন্য অমৃত ময় চন্দ্ররশ্মিপান করিয়া সুস্থ হয়!

ভোজনে যাহাদের দৃষ্টি দূষণীয়— "হীন-দীন-ক্ষুধার্ত্তানাং পাষণ্ড-স্ত্রৈণ-রোগিণাং।
কুক্কুটাহি-শুনাং দৃষ্টির্ভোজনে নৈব শোভনা॥"

অর্থ—ছোট লোক, দরিদ্র, ক্ষুধাতুর, নাস্তিক, স্ত্রৈণ, রোগী, কুক্কুট, সর্প, এবং কুক্কুরের দৃষ্টি ভোজনের সময় দুষণীয়, ইহাদের বিষদৃষ্টি অন্নে সংক্রামিত হইয়া অজীর্ণ রোগ জন্মায়।

যদি কোনও ক্রমে ইহাদের দৃষ্টি পতিত হয়, তবে সেই দোষ বিনাশের জন্য এই মন্ত্র পাঠ পূর্ব্বক তাহার অর্থ চিন্তা করিতে করিতে

ভোজন করিবে। যথা—

"অন্নং ব্রহ্ম রসো বিষ্ণুর্ভোক্তা দেবো মহেশ্বরঃ।
ইতি সঞ্চিন্ত্য ভুঞ্জানং দৃষ্টিদোষো ন বাধতে॥
অঞ্জনাগর্ভসম্ভূতং কুমারং ব্রহ্মচারিণং।
দৃষ্টিদোষবিনাশায় হনূমন্তং স্মরাম্যহং॥" *

অর্থ—অন্ন সাক্ষাৎ ব্রহ্ম, তদ্গতরস বিষ্ণু স্বরূপ, এবং ভোজন করিতেছেন মহেশ্বর, এইরূপ চিন্তা করিয়া ভোজন করিলে, তবে দৃষ্টিদোষ থাকে না। অঞ্জনাপুত্র কুমার ব্রহ্মচর্য্যব্রতাবলম্বী হনুমানকে দৃষ্টিদোষ নিবারণার্থ স্মরণ করিতেছি।

তৎপরে যথাশাস্ত্র কুল-প্রথানুসারে ভূরাদি পঞ্চদেবতা বা নাগকুষ্মাদি দেবতাকে ভূমিতে অন্নোৎসর্গ করিয়া পাত্রস্থিত অন্নব্যঞ্জন, নিরামিষ হউক অথবা সামিষই হউক সমস্ত ইষ্টদেবতাকে নিবেদন করিয়া † এক গণ্ডূষ জল এই ভাবিয়া পান করিবে, যে—"হে জল! তুমি অমৃত স্বরূপ হইয়া মদ্ভুক্ত অন্নের নীচের পাতনিকা রূপে থাক।"

তৎপরে যথাবিধি পঞ্চপ্রাণাহুতি প্রদান করিয়া, মনঃসংযোগপূর্ব্বক আহার করিবে। প্রথমে ঘৃত, তিক্ত, ভাজা, বড়া, শাক, সূপ, মধ্যে অম্ল, অন্তে মধুর রস ভোজন করিবে। ‡

দেবল ঋষি বলেন—

---

* ইত্যাদি শব্দকল্পদ্রুম "ভোজন" শব্দে দ্রষ্টব্য।

† "যদন্না হি নরা রাজন্ তদন্নাস্তস্য দেবতাঃ।"
(মহাভা, অনু, ৬৬।৬১

‡ কি কি বস্তু প্রথমে মধ্যে বা অন্তে খাইবে, এ সম্বন্ধে মতভেদ আছে

"ন ভুঞ্জীত ঘৃতং নিত্যং গৃহস্থো ভোজন দ্বয়ং।"

অর্থ—গৃহস্থ প্রত্যহ দুই বেলা ঘৃত ভোজন করিবে না।

পানীয় জল সম্বন্ধে যমের মত—

পানীয়জল। "দিবার্করশ্মি সংস্পৃষ্টং রাত্রৌ নক্ষত্র-মারুতৈঃ।
সন্ধ্যয়োশ্চ তথোভাভ্যাং পবিত্রং জলমুচ্যতে॥" (যম, ৬৪ শ্লোক)

অর্থ—যে জল দিবসে সূর্য্য রশ্মি দ্বারা রাত্রিতে চন্দ্র ও নক্ষত্র রশ্মি দ্বারা এবং উভয় সন্ধ্যায় চন্দ্র সূর্য্য দ্বারা প্লাবিত, এবং সর্ব্বদা বায়ু সংযোগে আলোড়িত হয়, সেই জলই পান ও অবগাহনে পবিত্র, অর্থাৎ স্বস্থ্য কর জানিবে। সুতরাং কলের জল বা সোডা লেমনেড্ ইত্যাদি জল চন্দ্র সূর্য্য বায়ুর পর্য্যন্ত অদৃষ্ট, এবং ম্লেচ্ছজাতির স্পৃষ্ট এজন্য কথনই স্বাস্থ্যকর হইতে পারে না, ইহা বুদ্ধিমান্ ব্যক্তি মাত্রেরই স্বীকার্য্য. নচেৎ পাপ পুণ্যের কথা বলিতেছি না।

"অত্যম্বুপনান্ন বিপচ্যতেহন্নং, অনম্বুপানাচ্চ স এব দোষঃ।
তস্মান্নরো বহ্নিবিবর্দ্ধনায় মুহুর্ম্মুহুর্বারি পিবেদভূবি॥" (ভাবপ্রকাশ—)

অর্থ—অত্যন্ত জলপানে ও একবারে কিঞ্চিন্মাত্রও জলপান না করায় অন্ন পরিপাক হয় না; এইজন্য পাচকাগ্নির বৃদ্ধি নিমিত্ত বারংবার অল্প অল্প জল পান করিবে।

আদৌ বারি হরেৎ পিত্তং, মধ্যে বারি কফাপহং।
অন্তে বারি পচেদন্নং সর্ব্বং বার্য্যমৃতোপমং॥"

অর্থ—আহারের প্রথম ভাগে জল পান করিলে পিত্ত, মধ্যভাগে কফ্ নষ্ট হয়, ও শেষভাগে জলপানে পরিপাক হয়, এজন্য ত্রিবিধ জলই অমৃত তুল্য জানিবে।

আহারের "দ্বৌ ভাগৌ পূরয়েদন্নৈর্ভাগমেকং জলেন তু।
পরিমাণ— বায়োঃ সঞ্চরণার্থায় চতুর্থমবশেষয়েৎ॥" (রজবল্লভ)

অর্থ—ভক্ষ্য বস্তুদ্বারা উদরের অর্দ্ধাংশ পূর্ণ করিবে, জল দ্বারা এক ভাগ পূর্ণ করিবে, এবং নিশ্বাস উচ্ছ্বাস যথারীতি প্রবাহিত হইবার জন্য উদরের চতুর্থভাগ শূন্য রাখিবে।

আহারের পরিমাণ সম্বন্ধে মনুবলেন—

"অনারোগ্যমনায়ুষ্যমসর্গ্যাঞ্চাতি ভোজনং।
অপুণ্যং লোকবিদ্বিষ্টং তস্মাত্তৎ পরি বর্জয়েৎ॥" (২।৫৭)

অর্থ—অতিভোজন (বিশেষতঃ ভদ্রলোকের সম্বন্ধে) নিতান্ত অনুচিত, কেন না অতিভোজন অজীর্ণ ও জ্বরাদি রোগের নিদান, অল্পায়ুর কারণ, অতি ভোজন ধর্ম্মকার্য্যের প্রতি বন্ধক, এজন্যই নরকের কারণ, অতি ভোজন দুর্ভাগ্য ও দারিদ্র্যের লক্ষণ, এবং "এই ব্যক্তি বহু ভোজী রাক্ষস-বিশেষ" এইরূপে লোকের তিরস্কারের কারণ, এজন্য অতিভোজন করিবে না।

চরকবলেন—

"অতিমাত্রং পুনঃ সর্ব্বদোষপ্রকোপনং।" (বিমান ১)

অর্থ—অত্যাহারে বাত পিত্ত ও শ্লেষ্মা প্রকুপিত হয়, সুতরাং তাহার সর্ব্বপ্রকার রোগেরই সম্ভাবনা; অতএব সর্ব্বদা পরিমিত আহারই কর্ত্তব্য। এসম্বন্ধে বেদব্যাস বলেন—

"গুণাশ্চ ষণ্মিতভুক্তং ভজন্তে,
আরোগ্যমায়ুশ্চ বলং সুখঞ্চ।
অনাবিলঞ্চাস্য ভবত্যপত্যং,
ন চৈনমাদ্যূনমিতি ক্ষিপন্তি॥" (মহাভা, উদ্যো, ৩৭।৩৩)

অর্থ—মিতাহারী লোকের এই ছয়টা গুণ অক্ষুণ্ণ থাকে, যথা—মিতাহারীর রোগ হয় না, আয়ুবৃদ্ধি হয়, বল পূর্ণ থাকে, সুখে সুখে দিন যায়, মিতাহারীর পুত্রের আলস্য দোষ ঘটে না, এবং মিতাহারীকে লোকে ঔদরিক—রাক্ষস বলিয়াও গালাগালি দেয় না।

এই রূপে যথাবিধি আহার করিয়া "হে অমৃত সদৃশ জল! তুমি আমার ভক্ষ্য বস্তুর উপরের আবরণ স্বরূপ হও" এই মন্ত্র পাঠ করিয়া গণ্ডুষ জলপান করিয়া পাত্রত্যাগ করিবে।

"নাশ্নীয়াৎ ভার্য্যয়া সার্দ্ধং নৈনামীক্ষেত চাশ্নতীং।" (মনু ৪। ৪৩)

অর্থ—স্ত্রীর সহিত একত্র বসিয়া আহারকরিবে না, এবং স্ত্রীর আহারের সময় তাহাকে দেখিবে না।

ভোজনোত্তর নিয়ম।

ভোজনান্তে বাহিরে যাইয়া * উত্তমরূপে আচমন করিবে, যেন একটুকুও উচ্ছিষ্ট মুখে না থাকে। পরে সেই আর্দ্র হস্তদ্বয় "স্বর্যাতিঞ্চ" এই মন্ত্র পাঠ করিতে করিতে ঘর্ষন করিয়া তিন বার দুই চক্ষুতে দিবে, ইহাতে চক্ষুর "তিমির রোগ" নষ্ট হয়, এবং দৃষ্টিশক্তি উত্তমরূপে জন্মে। †

তৎপরে "বড়বাগ্নি" "বাতাপির্ভক্ষিতো যেন" "অগস্তিরগ্নি" "বিষ্ণুঃ সমস্তেন্দ্রিয়" "বিষ্ণুরত্তা" "অগ্নিরাপ্যায়তাং" ইত্যাদি মন্ত্র পাঠপূর্ব্বক বাম

---

* "যস্তু ভোজনশালায়াং ভোক্তুকাম উপস্পৃশেৎ।
আসনস্থো নচান্যত্র স বিপ্রঃ পঙ্‌ক্তি দূষকঃ॥" (আপস্তম্ব)

† "স্বর্যাতিঞ্চ সুকন্যাঞ্চ চ্যবনং শক্রমশ্বিনৌ।
ভোজনান্তে স্মরেদ্যস্তু তস্য চক্ষুর্ন হীয়তে॥"
"ভুক্ত্বা পাণিতলে ঘৃষ্ট্বা চক্ষুষোর্দ্দীয়তে যদি।
অচিরেণৈব তদ্বারি তিমিরাণি ব্যপোহতি॥" (ভাব প্রকাশ)

হস্ত দ্বারা উদর মার্জ্জন করিয়া উদরে তিনটী ফুৎকার করিবে। ‡

ভোজনোত্তর স্বচ্ছন্দ ভাবে বসিয়া তাম্বূলাস্বাদন * করিয়া পরে ধীরভাবে কিঞ্চিৎকাল চলিয়া বেড়াইবে, একভাবে অনেকক্ষণ বসিয়া থাকিবে না। শাস্ত্রে আছে—

"ভুক্ত্বা রাজবদাসীত যাবন্ন বিকৃতিং গতঃ।
ততঃ শত পদং গত্বা বামপার্শ্বেন সংবিশেৎ॥
এবঞ্চাধোগতঞ্চান্নং সুখং তিষ্ঠতি জীর্য্যতি॥"

---

‡ "বড়বাগ্নিমগস্ত্যঞ্চ কুম্ভকর্ণং শনৈশ্চরং।
অন্নস্য পরিপাকার্থং স্মরেদ্ভীমঞ্চ পঞ্চকং॥"
"বাতাপির্ভক্ষিতো যেন পীতো যেন মহোদধিঃ
যন্ময়া খাদিতং পীতং তদগস্ত্যো জরিষ্যতি॥"
"অগস্তিরগ্নির্ব্বড়বানলশ্চ, ভুক্তং ময়ান্নং জরয়ন্ত্বশেষং।
সুখং মমৈতৎ পরিণামসম্ভবং যচ্ছন্ত্বরোগং মম চাস্তু দেহে॥"
"বিষ্ণুঃ সমস্তেন্দ্রিয়দেহদেহী প্রধানভূতো ভগবান্ যথৈকঃ।
সত্যেন তেনান্নমশেষমেতদারোগ্যদং মে পরিণামমেতু॥"
"বিষ্ণুরত্তা তথৈবান্নং পরিণামশ্চ বৈ যথা।
সত্যেন তেন মদ্ভুক্তং জীর্য্যত্বন্ন মিদং তথা॥"
"অগ্নিরপ্যায়য়ত্বন্নং পার্থিবং পবনেরিতঃ।
দত্তাবকাশো নভসা জরয়ত্বস্তু মে সুখং
অন্নংবলায় মে ভূমেরপামগ্ন্যনিলস্য চ।
ভবত্বেতৎ পরিণতো মমাস্ত্বব্যাহতং সুখ॥"

* "তাম্বূলং কটুতিক্তমুষ্ণমধুরং ক্ষারং কষায়ান্বিতং,
পিত্তঘ্নং কৃমিনাশনং কফহরং দুর্গন্ধিদোষাপহং।
স্ত্রীসম্ভাসনভূষণং স্মৃতিকরং কামাগ্নিসন্দীপনং,
তাম্বূলে কথিতাস্ত্রয়োদশগুণাঃ স্বর্গেহপ্যমী দুর্লভাঃ॥" (বৈদ্যক)

অর্থ—আহারান্তে রাজার মত অর্থাৎ বীরাসনে বা পদ্মাসনে বসিবে, তৎপরে শতবার ধীরপাদসঞ্চারে গমনাগমন করিয়া বাম পার্শ্বে হেলিয়া বসিবে, বা শয়ন করিবে। এই রূপ ব্যবহারে অধোগত ভুক্তান্ন উত্তমরূপে পাকাশয়ে অবস্থিত হয় এবং অনায়াসে জীর্ণ হয়।

বৈদ্য শাস্ত্রে আছে—

"ভুক্তোপবিশতস্তুন্দং শয়ানস্য বপুর্ম্মহৎ।
আয়ুশ্চংক্রমমাণস্য মৃত্যু র্ধাবতি ধাবতঃ॥"

অর্থ—আহারান্তে বসিয়া থাকিলে পেট ঝোলা হয়, চিত হইয়া শয়ন করিলে শরীর ভাল থাকে, আর পুনঃ পুনঃ কিছুক্ষণ পা চালি করিয়া বেড়াইলে আয়ু বৃদ্ধি হয়, আর আহারান্তেই ধাবমান হইলে মৃত্যুও তাহার পশ্চাৎ পশ্চাৎ ধাবিত হইয়া তাহাকে আক্রমণ করে।

নয়টার সময় আহারান্তে তখনই ধাবন ক্রিয়া নব্যশিক্ষিত কর্ম্মচারি-গণের অস্বাস্থ্য বা অল্পায়ুর কারণ কি না? ইহা ভাবিবার বিষয় বটে। আহারান্তে বিশ্রাম না করিয়া দৌড়িলে ভুক্ত অন্ন যথানিয়মে আমাশয়ে ও পাকাশয়ে সুস্থিত না হইয়া ধাবন ক্রিয়ার আঘাত প্রতিঘাতে উদ্বেলিত হইয়া পরিপাকপ্রাপ্ত হয় না, সুতরাং অজীর্ণাদি রোগ অনিবার্য্য। একে অসময়ে আহার, তাহার উপরে দৌড়াদৌড়ি, ইহাতে অস্বাস্থ্যের অপরাধ কি? বরং তাহাদের স্বাস্থ্য রক্ষাই আশ্চর্য্যের বিষয়।

আহারান্তে বিশ্রাম সম্বন্ধে বৈদ্যশাস্ত্রে আরও বলে—

"শ্বাসানষ্টৌ সমুত্তানস্তান্ দ্বিঃপার্শ্বে তু দক্ষিণে।
ততস্তদ্দ্বিগুণান্ বামে পশ্চাৎ সুপ্যাদ্ যথাসুখং॥
বামদিশায়ামনলো নাভেরূর্দ্ধেঽস্তি জন্তূনাং।
তস্মাত্তু বামপার্শ্বে শয়ীত ভুক্তপ্রপাকার্থং॥" (ভাবপ্রকাশ)

অর্থ—আহারান্তে তাম্বূল চর্ব্বণ করিয়া চিত হইয়া শয়ন করিয়া

আট্‌টা (৮) নিশ্বাস ফেলিবে, পরে দক্ষিণ পার্শ্বে শুইয়া ষোলটা(১৬) নিঃশ্বাস ফেলিবে, তৎপরে বাম পার্শ্বে শুইয়া বত্রিশটা (৩২) নিঃশ্বাস ফেলিবে, তৎপরে ইচ্ছানুসারে শয়ন করিবে। কেন না? মানবের নাভির উর্দ্ধে বাম দিকে পাচকাগ্নি অবস্থিত আছে, সে জন্য আহার্য্য বস্তুর পরিপাকার্থ বামপার্শ্বে শয়ন করিবে। কিন্তু নিদ্রা যাইবে না, নেত্র মুদ্রিত করিয়া থাকিবে, দিবা নিদ্রায় প্রাণবায়ু অধিক ক্ষয় হয়, সুতরাং তদধীন আয়ুও ক্ষয় হইবে। পরন্তু নেত্র নিমিলনেই নিদ্রার গুণ পাওয়া যায় * পরন্তু বৈদ্য শাস্ত্রে ইহাও উপদেশ আছে যে—

"নিদ্রা সাত্মীকৃতা যৈস্তু দিবা বা যদি বা নিশি।
ন তেষাং স্বপতাং দোষো জাগ্রতাং বা বিশেষতঃ॥"

(সুশ্রুত, শারী, ৪)

অর্থ—দিবাতেই হউক রাত্রিতেই হউক যাহারা যে রূপভাবে নিদ্রা অভ্যাস করিয়াছে, তাহাদের দিবা নিদ্রা বা রাত্রি জাগরণে দোষ হয় না।

অপরাহ্নে যাহার যেমন ইচ্ছা তদনুরূপ কার্য্য করিবে, এবং ক্ষুধা বোধ হইলে অপরাহ্নে কিঞ্চিৎ ফলমূলাদি আহার করিতেও পারে, তাহাই শাস্ত্র বলেন—

অপরাহ্নে লঘু ভোজন।

"দিবাপুনর্নভুঞ্জীতান্যত্র ফলমূলেভ্যঃ॥" (আপস্তম্ব)

অর্থ—ফলমূলাদি সূক্ষ্ম আহার ব্যতীত অন্য খৈ, চিড়া, লুচি, রুটি কিছুই দিবাভাগে আর খাইবে না।

শাস্ত্রান্তরে আছে—

"মোদকং কন্দুপকঞ্চ গব্যাঢ্যং ঘৃতসংযুতং।
পুনঃ পুনর্ভোজনে চ পুনরন্নং ন দুষ্যতি॥"

* "নিদ্রায়াং যে গুণাঃ প্রোক্তাস্তে গুণা নেত্র মীলনে।
লঙ্ঘনে যে গুণাঃ প্রোক্তাস্তে গুণা লঘুভোজনে॥" (বৈদ্যক)

অর্থ—মোদক, সন্দেশ প্রভৃতি, খৈ চিড়া ছোলা ভাজা ইত্যাদি এবং দুগ্ধ ঘৃতাদিনির্ম্মিত ভক্ষ্যদ্রব্য বারং বার খাইয়া অর্থাৎ "জলপান" খাইয়াও পরে অন্নাহার দোষাবহ নহে॥

প্রত্যক্ষ দেখিতে পাওয়া যায় দোকানের মিঠাই যে কি ভয়ঙ্কর বিষ, যে সকল মিঠাই ৫। ৭ দিন পরে পঁচিয়া ট'কে যায়, তাহা পুনর্ব্বার কতক নূতন ছানা চিনি দিয়া পুনর্ব্বার টাট্‌কা করিয়া বিক্রয় করে, আবার পঁচে আবার পাক করিয়া টাট্‌কা করে, এবং গ্রীষ্মকালে ময়রাদের ঘর্ম্ম ও শীতকালে সিক্‌নি তাহাতে মাখান না হয় তাহাই বা কে জানে? ঐ সন্দেশ যে কোন রাজার শাসন কাল হইতে পঁচা ধরিয়া পুনঃ পুনঃ অদ্য যাবৎ টাট্‌কার নাতাড়্ চলিয়া আসিতেছে, বোধ হয় মহাপ্রলয়ের পূর্ব্বদিন যাবৎ ঐ মিঠাই বিক্রয় হইবে, বোধ হয় ইহার কাছে কাল কূট বিষও হারিয়া যায়, সুতরাং এজাতীয় মিঠাই খাইয়াযে, এখনো ভারতবর্ষে মানুষের অস্তিত্ব আছে, ইহাই ধন্য বাদের বিষয়।

কৃত্রিম বিষ।

ষষ্ঠ, সপ্তম ও অষ্টম যাম কৃত্য।

"ইতিহাস পুরাণাদ্যৈঃ ষষ্ঠসপ্তমকৌ নয়েৎ।
অষ্টমে লোকযাত্রা চ বহিঃ সন্ধ্যা ততঃ পরং॥"

অর্থ—দিবসের ষষ্ঠ ও সপ্তম ভাগ—অর্থাৎ আড়াই প্রহরের পরে এক প্রহর কাল পর্য্যন্ত ইতিহাস পুরাণ ইত্যাদি সচ্ছাস্ত্র পাঠ, সৎ প্রসঙ্গ ইত্যাদি কার্য্যে অতিবাহিত করিয়া চারি দণ্ড বেলা থাকিতে একবার লোক যাত্রা মেলা রঙ্গ তামাসা বা আত্মীয় কুটুম্বদিগের সুখে দুঃখে তত্ত্বাবধানের নিমিত্ত বেড়াইতে বাহির হইবে। তৎপরে যথাশাস্ত্র সায়ং সন্ধ্যার উপাসনা করিবে। এবং দিবসোক্ত কার্য্য যদি প্রমাদ ক্রমে বাদ হয়, তবে রাত্রির প্রথম প্রহরের মধ্যে তাহা সমাধা করিবে।

তৎপরে চারিদণ্ড রাত্রের পরে এক প্রহর রাত্রের মধ্যে মধ্যাহ্না-
রাত্রিকৃত্য। হারের ন্যায় পুনর্ব্বার আহার করিবে। গৃহস্থের রাত্রি ভোজন অবশ্য কর্ত্তব্য। ইহাই শাস্ত্রকার গণের উপদেশ।

বৈদ্যশাস্ত্রে বলে—

"রাত্রাবভোজনং যস্য ক্ষীয়ন্তে তস্য ধাবতঃ।"

অর্থ—যাহারা রাত্রিতে আহার করে না, তাহাদের মাংসাদি সপ্ত ধাতু ক্ষয় প্রাপ্ত হয়। স্মৃতি শাস্ত্রে আছে—

"সায়ং প্রাতর্মনুষ্যাণামশনং শ্রুতিবোধিতং।
নান্তরা ভোজনং কুর্য্যাদগ্নিহোত্রসমো বিধিঃ॥"

অর্থ—মানবগণের রাত্রি ও দিবা এই দুই সময়েই আহার কার্য্য বেদের অনুমোদিত, ইহার মধ্যে আর আহার করা কর্ত্তব্য নহে, এই প্রকার আহার বিধি "অগ্নিহোত্র" যজ্ঞ সম জানিবে। *

টুল বা মোড়া ইত্যাদির উপরে ভোজন পাত্র রাখিয়া, বা তাহাতে বসিয়া, স্ত্রীর সহিত, অভক্ষ্য দ্রব্য, অপেয় পান, মাথায় টুপী বা পাগড়ী বান্ধীয়া, জুতা পায় দিয়া, অর্দ্ধ রাত্রে, অজীর্ণে, আর্দ্র বস্ত্রে, ভগ্নাসনে, ভূমিতে, শয়ন করিয়া, শয্যায় বসিয়া, ভগ্নপাত্রে, অন্ধকারে, ও মুখযোগে পানাবিশিষ্ট জল, অনির্দ্দশ ও বিভৎস গোর দুগ্ধ ভোজন করিবে না ইহা শাস্ত্র নিষিদ্ধ। †

---

* অধুনা নব্য শিক্ষিতেরা বলেন যে দিনের মধ্যে ঘণ্টায় ঘণ্টায় বারংবার অল্প অল্প আহার করিবে, এইরূপ ভোজন অনার্য্যের ব্যবহৃত, আর্য্যের নহে।

† ভোজন সম্বন্ধীয় বিশেষ শব্দকল্পদ্রুমের ভোজন শব্দে ও আহ্নিক তত্ত্বে দ্রষ্টব্য। এতৎ সম্বন্ধে প্রমাণও শব্দকল্পদ্রুমে জানিবে।

শয়ন কৃত্য।

"ত্রিদোষশমনী খট্টা তুলী বাতকফাপহা।
ভূশয্যা বৃংহণী বৃষ্যা, কাষ্ঠপট্টি তু বাতুলা॥" (ভাবপ্রকাশ।

অর্থ—খাট এবং খাটিয়াতে শয়নে ত্রিদোশ প্রশমিত হয়, তোষকে শয়নে বাত ও কফের দোষ নষ্ট হয়, ভূশয্যায় শরীর স্থূল ও বলবৃদ্ধি হয়, এবং কাষ্ঠফলকে শয়নে বায়ু বৃদ্ধি হয়।

মনু পরস্ত্রী সম্বন্ধে পুনঃ পুনঃ বলেন—

"নহীদৃশমনায়ুষ্যং লোকে কিঞ্চন বিদ্যতে।
যাদৃশং পুরুষস্যেহ পরদারোপসর্পণং॥" (৪।১৩৪।)

অর্থ—পরোপভুক্ত স্ত্রী সংসর্গে যেমন নিশ্চয়ই পুরুষের আয়ুঃ ক্ষয় হয়, এমন আয়ুঃক্ষয়করিতে পারে এমন জগতে আর কিছুই নাই।

"তৎপ্রাজ্ঞেন বিনীতেন জ্ঞানবিজ্ঞানবেদিনা।
আয়ুষ্কামেন বপ্তব্যং ন জাতু পরযোষিতি॥"

অর্থ—যাহার কিছুমাত্রও বুদ্ধি আছে, যাহারা শিক্ষিত, যাহারা জ্ঞান ও বিজ্ঞানের শক্তি স্বীকার করেন, এবং যাহাদের স্বাস্থ্য দীর্ঘায়ুর কামনা আছে, তাহারা কখনো পরের উপভুক্ত স্ত্রীতে অনুরক্ত হইবে না।

মৃতো নরকমভ্যেতি হীয়তেত্রাপি চায়ুষঃ।
পরদাররতিঃ পুংসামুভয়ত্র ভয়প্রদা॥" (বিষ্ণু পু,)

অর্থ—পুরুষের পরদারপ্রীতি ইহলোক ও পরলোকে ভয়ের কারণ। এজন্য শাস্ত্রে বিশেষরূপ নিষেধ করিয়াছে—

"আসনং বসনং শয্যা দারাপত্যং কমণ্ডলুঃ।
আত্মনঃ শুচিরেতানি ন পরেষাং কদাচন॥"

অর্থ—আসন বস্ত্র শয্যা পত্নী পুত্র পৌত্রাদি অপত্য ও জলপাত্র এ সকল নিজেরই পবিত্র, অপরের আসন বস্ত্রাদি সকল বস্তুই অপবিত্র,

অর্থাৎ সংক্রামক দোষে দূষিত, এজন্য তাহা কদাচও ব্যবহার্য্য নহে।

অতএব আপন আপন পুত্রাদির সহিত রাত্রিভোজনান্তে . যথাযথ পূর্ব্ব ও দক্ষিণ শিরে শয্যায় ঈশ্বরচিন্তা করিতে করিতে রাত্রি দশ দণ্ডের পরে শয়ন করিবে, আবার চারিদণ্ড রাত্রি থাকিতে উঠিবে। প্রাত্যহিক নিদ্রার সময় ঈশ্বর চিন্তার ফল এই যে—মহানিদ্রার সময়ও অভ্যাসবশতঃ মনে ঈশ্বরভাব ও ঈশ্বর চিন্তা উপস্থিত হইবে, সে জন্য অনায়াসে মরণসময় ঈশ্বরসাক্ষাৎকারলাভ হইতে পারে। ইহাই গীতায় ভগবান্ বলিয়াছেন—

“যং যং বাপি স্মরন্ ভাবং ত্যজত্যন্তে কলেবরং।
তং তমেবৈতি কৌন্তেয় সদা তদ্ভাবভাবিতঃ॥” (২, ২৪)

অর্থ—হে অর্জ্জুন! মানব মৃত্যুকালে যে যে ভাব স্মরণ করিতে করিতে শরীর ত্যাগ করে, সেই সেই সংস্কার বশতঃ সে সেই সেই ভাব প্রাপ্ত হয়।

সপ্তমোপদেশ।

পিতৃপিতামহাদির শ্রাদ্ধকার্য্য পুত্র পৌত্রাদির পক্ষে একান্ত কর্ত্তব্য, না করিলে পুত্র পৌত্রাদি পাপগ্রস্ত হয়, আর শ্রাদ্ধাযুক্ত অন্তঃকরণে শ্রাদ্ধ করিলে পিতৃলোকের আশীর্ব্বাদে পুত্রাদির সর্ব্বতোমুখীন কল্যাণ হয়, ইহা মার্কণ্ডেয়পুরাণে উক্ত আছে যথা—

শ্রাদ্ধমাহাত্ম্য।

"আয়ুঃ প্রজাং ধনং বিদ্যাং স্বর্গং মোক্ষং সুখানি চ।
প্রযচ্ছন্তি তথা রাজ্যং পিতরঃ শ্রাদ্ধতর্পিতাঃ॥" (৩২,৩৮)

অর্থ—শ্রাদ্ধকার্য্যদ্বারা পিতৃলোক পরিতৃপ্ত হইয়া পুত্রাদিকে দীর্ঘ-আয়ুঃ সৎপুত্র স্থায়িধন বিদ্যা রাজ্য ঐহিক বিবিধ সুখ, এবং চরমে স্বর্গ ও মোক্ষ পর্য্যন্ত প্রদান করেন।

মহর্ষি যজ্ঞি বল্ক্য বলেন।—

"আয়ুঃ প্রজাং ধনং বিদ্যাং স্বর্গং মোক্ষং সুখানি চ।
প্রযচ্ছন্তি তথা রাজ্যং নৃণাং প্রীতাঃ পিতামহাঃ॥ (২৭০)

অর্থ—পূর্ব্ব শ্লোকের মত।

একাদশীতে ভাত খাওয়া অতিনিষিদ্ধ মাসের মধ্যে দুইদিন মাত্র ভাত নাখাওয়াই ভাল, তন্মধ্যে গৃহস্থের শুক্লা একাদশী নিত্য, কৃষ্ণা একাদশী কাম্য, বিধবার উভয়টাই নিত্য। অসমর্থের পক্ষে ভাতছাড়া রুটি খৈ চিড়া ইত্যাদিও একাদশীতে একবেলা খাওয়া যায়, কিন্তু বিধবার নহে, উক্ত উপবাসের বিষয় সকল শাস্ত্রের সার নিস্কাসিত করিয়া শ্রীমতী খনাদেবী বলিয়াছেন—

একাদশী-ইত্যাদির উপবাস।

"উঠা বৈঠা পাশমোড়া, তাহার মধ্যে ভীমা দুছোঁড়া,
পাগলার চৌদ্দ পাগলীর আট, ইহা ক'রে জনম কাট, ॥
ইথে যদি ভাবিস্ দুঃখ, দেখ্ গে গিয়ে জগুর মুখ।
তাও যদি না পারিস, ত ভগার খালে ডু'বে মরিস ॥"

অর্থ—উঠা—উত্থান একাদশী, বৈঠা—শয়ন একাদশী, পাশ্‌মোড়া—পার্শ্বপরিবর্ত্তন একাদশী, এবং ভীমা—ভৈমী একাদশী, দুছোঁড়া—রাম ও কৃষ্ণ, রামের রামনবমী, কৃষ্ণের কৃষ্ণজন্মাষ্টমী, পাগলা—শিব—শিবচতুর্দ্দশী, পাগ্‌লী দুর্গা—দুর্গাষ্টমী, এইকয় উপবাস অবশ্য কর্ত্তব্য, ইহা যদি কষ্ট মনে কর তবে জগু জগন্নাথ দর্শন কর, তাহাও যদি ঘটিয়া না উঠে, তবে অন্তকালে ভগারখালে ভাগীরথী-গঙ্গায় মরিবে।

গৃহস্থের গোসেবা ঐহিক ও পারত্রিক দুইদিগেই মঙ্গলের কারণ।

গোসেবা। বেদাদি সমস্ত শাস্ত্রেই গোপশুকে দেবতাদেরও শীর্ষে আসন দিয়াছে, গো যে কিরূপ হিতকারী তাহা বাক্যে প্রকাশ করা হয় না, মহাভারতে গোসম্বন্ধে এই একটা গল্প আছে—

ব্রহ্মা সকল দেবতার অংশ লইয়া গাভী সৃষ্টি করিলেন, গাভীর আপাদ মস্তক প্রতি রোমকূপে স্বয়ং অগ্নিদেব অবস্থিত, চক্ষুতে চন্দ্র সূর্য্য ইত্যাদি। এখন মাগঙ্গা শিবের জটা হইতে আসিতে আসিতে বিলম্ব হইয়া গেল, এবং মা লক্ষ্মী নারায়ণের গৃহকর্ম্মে আবদ্ধ ছিলেন ঠিক সময় পৌঁছিতে পারিলেন না, ততক্ষণ গাভীসৃষ্টি হইয়া গিয়াছে, গঙ্গা আর লক্ষ্মী পরে আসিয়া গাভীর নিকট কাঁদিতে কাঁদিতে কহিতে লাগিলেন যে, মা! ভগবতি! দয়া করিয়া আমাদের দুইজনকে তোমার শরীরে স্থান দেও, নচেৎ আমরা আত্ম হত্যা করিব, এইরূপ কাগতি মিনতি শুনিয়া গাভী কহিলেন—বৎসে গঙ্গে!

বৎসে! লক্ষ্মী! আরত মা আমার শরীরে দেবতা শূন্য স্থান নাই, কোথা থাকিবে, আমার সমস্ত শরীরই কেবল তোমারা দুইজন বাদে তেত্রিশ কোটি দেবতারা আশ্রয় করিয়াছে, তবে দুইটি মাত্র নিকৃষ্ট স্থান আছে যদি তোমরা স্বীকার কর, তখন গঙ্গা কহিলেন তাহা কি? গাভী কহিলেন একটি আমার মূত্র, বলিতে না বলিতেই গঙ্গা দেবী তথাস্তু বলিয়া গাভীর প্রস্রাব আশ্রয় করিয়া নিজেকে কৃতার্থ মনে করিলেন। পরে লক্ষ্মী জিজ্ঞাসা করিলেন অপর কোন স্থান আছে বল? গাভী কহিলেন আমার বিষ্ঠা—গোবর, তাহা শুনিয়া তথাস্তু বলিয়া লক্ষ্মী গোবরে প্রবিষ্টা হইলেন।

এই আখ্যায়িকা দ্বারাই গোমাহাত্ম্য যথেষ্ট পরিস্ফুট হইয়াছে। গোর মত স্বাস্থ্যকর ও হিতকর জন্তু জগতে আর দ্বিতীয় নাই, গো আহার করে তৃণ প্রদান করে অমৃত, গো ধান্যাদি উৎপাদন করে, সেই ধান্যাদি আমরা গ্রহণ করি, গো তাহার খড়গুলি গ্রহণ করে। গোর রোমকূপে রোমকূপে অগ্নি—তেজ—তাড়িত প্রবাহিত, একটুকু অঙ্গুল্যগ্রে স্পর্শ করিলেই তাহার শরীরে তাড়িতের তরঙ্গ উঠিয়া স্পন্দিত হইতে থাকে; এমন আর কোনও জন্তু নাই, সেজন্য "গাবঃ কণ্ডূয়ন প্রিয়াঃ" গো কণ্ডুয়ন ভাল বাসে, সুধু কণ্ডুয়নে গোরই আমোদ হয় তাহা নহে, তাঁহার কণ্ডূয়নে আলিঙ্গনে নিঃশ্বাস প্রশ্বাস গ্রহণে মল মূত্র পরিষ্কারে অশেষ কুষ্ঠাদি দুরারোগ্য রোগ সারিয়া যায়, গোর গায়ের বাতাসে বিচরণে মল মূত্রের গন্ধে দূষিত বায়ু বিশুদ্ধ হয়, নানাবিধ দূষিতভূমি সংশোধিত হয় * গোর মলমূত্র এত পবিত্র যে, তদ্ভক্ষণে মহাপাতক নষ্ট হয়, বিদেশীয় তুচ্ছ ফিনাইল ইহার সহস্রাংশের

---

* "খননাদ্দহনাদ্বর্ষাদেগাভিরাক্রমণাদপি।
চতুর্দ্ধা শুধ্যতে ভূমিঃ পঞ্চমঞ্চোপলেপনাৎ॥" (বশিষ্ঠ, ৩৯)

একাংশ উপকারক নহে, মল মূত্রের সদ্‌গন্ধের কথা আর কি বলিব? মৃত গোর পঁচা দুর্গন্ধের বাতাসে সমস্ত গ্রামের দূষিত বায়ু নষ্ট হয়, এজন্যই শাস্ত্রের শাসন এই যে, যে ব্যক্তি মৃত গোর পঁচা দুর্গন্ধ পাইয়া নাসিকা কুঞ্চিত বা আচ্ছাদন করে, যমের আদেশে দূতেরা তাহার নাসাচ্ছেদন করে, অতএব বাড়ীর মৃত্তিকা ও বায়ু সংশোধন এবং স্বাস্থ্যরক্ষার্থ গৃহস্থের গো সেবা অবশ্য কর্ত্তব্য।

(মহাভা, অনু, ৮২, ১—)

"পিতুরন্তং পুরং দদ্যান্মাতুর্দ্দদ্যান্মহানসং।
গোষু চাত্মসমং দদ্যাৎ স্বয়মেব কৃষিং ব্রজেৎ॥"

(মহাভা, উদ্যো, ৩৮, ১১)

অর্থ—গৃহস্থ লোক অন্তঃপুর রক্ষার ভার পিতার উপরে রাখিবে, রন্ধন শালার পাকাদি কার্য্যের ভার মাতার হস্তে ন্যস্ত রাখিবে, গোসেবার ভার নিজেরমত পরিজনের উপরে রাখিবে, আর কৃষিকার্য্য-তত্ত্বাবধারণের ভার একমাত্র নিজের উপরেই রাখিবে।

ত্রিকালজ্ঞ যোগর্দ্ধিসমন্ন ঋষিগণ একবাক্যে বলিয়াছেন যে স্বধর্ম্ম

অমৃতং হ্যব্যয়ং দিব্যং ক্ষরন্তি চ বহন্তি চ।
"অমৃতায়তনং চৈতাঃ সর্ব্বলোক নমস্কৃতাঃ॥
তেজসা বপুষা চৈব গাবো বহ্নিসমা ভুবি।
গাবো হি সুমহত্তেজঃ প্রাণিনাঞ্চ সুখপ্রদাঃ॥
নিবিষ্টং গোকুলং যত্র শ্বাসং মুঞ্চতি নির্ভয়ং।
বিরাজয়তি তং দেশং পাপং তস্যাপকর্ষতি॥" (মহা অনু, ৫১, ৩০)
"ময়া গবাং পুরীষং বৈ শ্রিয়াজুষ্টমিতি শ্রুতং।"

(মহাভা, অনু, ৮২,১)

চিকিৎসা ও ঔষধ। সদাচার ইত্যাদি নিয়মে থাকিলে মানব সুস্থশরীরে শত বৎসর জীবিত থাকিতে পারে, ইহা পূর্ব্বে উক্ত হইয়াছে। কিন্তু অতি সাবধানে থাকিলেও মানব ভগবান্ শিবের মত ভ্রান্তিবিধূর কখনই হইতে পারে না, অনুরোধের অবাধ্য হইতে পারে না, সমাজে থাকিতে হইলে দশের মন যোগাইয়া চলিতে হয়, সুতরাং আহার বিহার ও নিদ্রাদির ব্যতায় কখনো ঘটিবে না ইহা হইতেই পারে না। অতএব দীর্ঘজীবনের মধ্যেও আগস্তুরোগ আসিতে পারে। এজন্যই বৈদ্য শাস্ত্রের আবির্ভাব, এবং তদুক্ত ঔষধাদির দ্বারা চিকিৎসার আবশ্যকতা।

চিকিৎসকাচার্য্য চরকাদি মহর্ষিগণের প্রতিজ্ঞায় দেখাযায়, তাঁহারা বলিয়াছেন যে, যে ঔষধ প্রয়োগে সংপ্রতি রোগ নিবৃত্তি হইবে এবং কালান্তরেও কোনরূপ বিকৃতি জন্মাইবে না এবং অন্য রোগের হেতু হইবে না সেই সেই ঔষধই আমরা শাস্ত্রে নির্দ্দেশ করিব, যে ঔষধ আপাততঃ রোগ নিবৃত্তি করিবে, কিন্তু কালান্তরে পুনর্ব্বার সেই রোগ বা অন্য রোগ জন্মাইবে সেই জাতীয় ঔষধ আমরা শাস্ত্রে নির্দ্দেশ করিব না। * বিদেশীয় "কুইনাইন" প্রভৃতি ঔষধ সমূহ আপাততঃ জ্বরাদিরোগ প্রশমনের তেুহ জানিয়া বোধ হইলেও কালান্তরে সামান্য একটুকু শৈত্যাদি সেবনে পুনর্ব্বার জ্বর—ম্যালেরিয়া "লিবর খারাপ" ইত্যাদি নাম গ্রহণ করিয়া নূতন নূতন রোগ সৃষ্টি করিতেছে বলিয়া ঐ গুলিক প্রকৃত ঔষধ বলা উচি কি না তাহা বিচক্ষণ চিকিৎসক গণের বিবেচ্য।

দেবদ্বিজাদি প্রণাম। "অভিবাদন শীলস্য নিত্যং বৃদ্ধোপসেবিনঃ।
চত্বারি তস্য বর্দ্ধন্তে কীর্ত্তিরায়ুর্যশোবলং॥" (মনু ২, ১২১)

---

* "তদাত্বে চানুবন্ধে চ যস্য স্যাদশুভং ফলং।
কর্ম্মণস্তন্ন কর্ত্তব্য মেতবুদ্ধিমতাং মতং॥" (চরক, বিমান, ৩)

অর্থ—যে ব্যক্তি প্রত্যহ্ দেব দ্বিজ ও গুরুজনকে প্রণাম করে, নিত্যই বয়োবৃদ্ধ ও জ্ঞানবৃদ্ধের সেবাকরে, তাহার কীর্ত্তি আয়ু যশ ও শারীরিক ও মানসিক বল বৃদ্ধি হয়।

ক্ষৌরকৃত্য

"অক্ষৌরিভেহপি কর্ত্তব্যং চন্দ্রচন্দ্রজয়োর্দ্দিনে।
মানং হন্তি গুরুঃ ক্ষৌরে শুক্রঃ শুক্রং ধনং রবিঃ॥
আয়ুরঙ্গারকো হন্তি সর্ব্বং হন্তি শনৈশ্চরঃ॥"

জ্যোতিস্তত্ত্বে।

অর্থ—ক্ষৌরকর্ম্মে সোম এবং বুধবারে কোনও নিষিদ্ধ নক্ষত্রেরও বিচার আবশ্যক করে না, অর্থাৎ সোম ও বুধবারে ক্ষৌর অতি প্রশ বৃহস্পতিবারে মান, শুক্রবারে পুত্রকন্যা, রবিবারে ধন, মঙ্গলবারে আয়ু ক্ষয় হয়, ও শনিবারে ক্ষৌর হইলে সমস্তই বিনষ্ট হয়।

কিন্তু সামবেদীয় ব্রহ্মাণের মঙ্গলবার ক্ষৌরে নিষিদ্ধ নহে * এবং জন্মমাস সম্পূর্ণ, বা জন্মমাসের দশদিন, অথবা আট দিন বাদ দিয়া ক্ষৌরকর্ম্ম বিধেয়, কিন্তু জন্ম বার সর্ব্বথা নিষিদ্ধ। উক্তনিষিদ্ধ দিন বাদ দিয়া ছয় দিন অন্তর পূর্ব্বমুখ বা উত্তর পূর্ব্ব মুখে বসিয়া ক্ষৌরী হইবে। †

রজকের বস্ত্রক্ষালন

"মন্দমঙ্গলষষ্ঠ্যাঞ্চ দ্বাদশ্যাং শ্রাদ্ধবাসরে।
বস্ত্রাণাং ক্ষারসংযোগো দহত্যাসপ্তমং কুলং॥"

অর্থ—শনি মঙ্গলবারে, ষষ্ঠী, দ্বাদশী অমাবস্যা তিথি এবং অপরাপর শ্রাদ্ধদিবসে ধোপায় কাপড় দিবে না, দিলে সপ্তমপুরুষ যাবৎ দগ্ধ হয়।

কে বলিতে পারে? যে, নিজের ব্যবহৃত বস্ত্রে শারীরিক তাড়িত অনুবিদ্ধ না থাকে, এবং শনিবার প্রভৃতি নিষিদ্ধ দিনের শক্তিতে নানাজাতির

---

* "সামগানাং কুজঃ শুভঃ।"

† "ত্রিঃপক্ষস্য কেশশ্মশ্রুনখান্ ছিন্দ্যাৎ॥ (চরক, শারীর ১)

নানাবিধ বস্ত্রনির্ণেজক রজকের দৈহিক তাড়িত অস্মদাদির বস্ত্রে মিশ্রিত হইয়া অস্বাস্থ্যকর দূষিত পদার্থ স্থায়ীভাবে না জন্মায়, যাহা অগ্নিপাকে বা জলক্ষালনেও বিদূরিত হইতে পারে না? এ জন্যই নিষিদ্ধদিনে কাপড় ধোপায় দেওয়া উচিত হয় না।

অষ্টম উপদেশ।

উপসংহার।

শাস্ত্রীয় উপদেশ শেষ হইল। এখন বন্ধুভাবে কিঞ্চিৎ উপদেশ প্রদান করিতেছি—যাহারা ইংরেজী ধরণে শিক্ষিত, প্রায়ই তাহারা সুচরিত্র স্বদেশ হিতৈষী স্বার্থত্যাগী, তাহাদের উদ্দেশ্যও সাধু বটে, কিন্তু স্বাস্থ্য সম্পন্ন হইয়া দীর্ঘজীবী হইলেই দেশের গ্রামের প্রতিবেশীর ও পিতা মাতা আত্মীয় স্বজনের হিত সাধনে সমর্থ হইবে, নচেৎ সমস্তই বৃথা।

জন্মভূমি যাহাদের মুখাপেক্ষিণী হইয়া সুখের আশা করিতেছিলেন, তাহারা বর্ষে বর্ষে নদীস্রোতের মত তীব্রবেগে চলিয়া যাইতে লাগিল, আর মাতা জন্মভূমি চিরদিনের জন্য অমূল্য রত্ন হারাইয়া অতল শোক-জলধিতে প্লাবিতা হইতেছেন।

আর্য্য শরীরে অনার্য্য আচার ব্যবহার সহিবে কেন? যাহারা যুবক, তাহারা কোথায় লোহা খাইয়া জীর্ণ করিবে, তাহাত দূরের কথা, এখন ডাক্তার বাবুর কৃপায়, ও বিদেশী ঔষধের প্রভাবে সকল দিন দুই বেলা দুধ্ সাগুও অদৃষ্টে ঘটে না। এইত দশা। ঈশ্বরের কৃপায় যাহাদের ভোগ সামগ্রী অপর্য্যাপ্ত পরিমাণে আছে, কিন্তু তাহাদের ভোগের শক্তি নাই, ভোগ করিতে অবসর পাইতেছে না, কেন—না অল্পায়ু। সেজন্য বলিতেছি—এখনও সময় আছে, এখনও শিরায় রক্ত প্রবাহিত হইতেছে, এখনও ইন্দ্রিয় সজীব আছে, নিঃশ্বাস উচ্ছ্বাস বহিতেছে, অতএব ঋষি-গণের উপদেশ বিনা তর্কে শিরোধার্য্য কর, ঋষি বাক্য লঙ্ঘন করাই হিন্দুর এই সর্ব্বনাশের মূল। এখন কলিযুগ, সত্যযুগের ধর্ম্ম, সত্যের ব্রাহ্মণ কোথায় পাইবে? । তাই মহর্ষি পরাশর বলিয়াছেন—

"যুগে যুগে চ যো ধর্ম্ম স্তত্র তত্র চ যে দ্বিজাঃ।
তেষাং নিন্দা ন কর্ত্তব্যা যুগরূপা হি তে যতঃ॥" (১।৩২)

অর্থ—যে যুগের যে ধর্ম্ম ও যে যুগের যে ব্রাহ্মণ তাহাদের অবজ্ঞা করিবে না, যে হেতু সেই ধর্ম্ম ও ব্রাহ্মণ যেমন যুগ, তদনুরূপই হইয়া থাকে।

"রূপ সত্ত্বগুণোপেতা ধনবন্তো যশস্বিনঃ।
পর্য্যাপ্তভোগধর্ম্মিষ্ঠা জীবন্তি চ শতং সমাঃ॥" (মনু, ৩।৪০)

অর্থ—উক্ত নিয়মানুসারে ধর্ম্ম-সদাচার অনুষ্ঠান করিলে ইহার লক্ষণ, রূপ বল গুণ ধন সুযশ যথেষ্টসুখভোগ এবং শতবৎসর পরমায়ু এই কএকটা ফলে দ্বারাই প্রকাশ পাইবে।

"যথা শরীরং ন গ্লায়েন্নেয়ান্মৃত্যুবশং যথা।
তথা কর্ম্মসু বর্ত্তেত সমর্থো ধর্ম্ম সমাচরেৎ॥"
(মহাভা, শান্তি, মোক্ষ, ২৬৫,১৪)

অর্থ—স্বধর্ম্মানুষ্ঠান করিবে বটে, কিন্তু যে ধর্ম্মানুষ্ঠানে দেহ কাতর হইয়া না যায়, অসময় মরণ না হয়, সামর্থ্যানুসারে এরূপ ধর্ম্ম কর্ম্মে প্রবৃত্ত হইবে।

এখন কলিযুগ, এখনও একপাদ ধর্ম্ম আছে. শতের মধ্যে পাঁচিশ জন ধার্ম্মিক আছেন, শত ব্রাহ্মণের মধ্যে পাঁচিশজন কলিকালের অনুরূপ ধর্ম্মনিষ্ঠ সদ্‌ব্রাহ্মণও আছেন।

অতএব যদি স্বাস্থ্যসুখ, দীর্ঘজীবন, সাত্ত্বিক বলপুষ্টি, নিত্য নিত্য মনস্তুষ্টি ইচ্ছা কর, তবে ঋষি বাক্যের উপরে কারণানুসান্ধান পরিত্যাগ কর, নিজ নিজ বর্ণ ধর্ম্মানুসারে পিতৃপিতামহগণের সদাচার অনুসরণ ও ভক্ষ্যাভক্ষ্য বিচার পূর্ব্বক ব্যবহার কর, গুরূপদেশ গ্রহণ পূর্ব্বক সন্ধ্যা আহ্নিক প্রাণায়াম ও ঈশ্বরোপাসনা কর।

এখন আর ব্যাস বসিষ্ঠ বাল্মীকি প্রভৃতি গুরু কোথায় পাইবে? সুতরাং এখন স্বদেশীয় সমাজে যে সকল গৃহস্থ ব্রাহ্মণ নিতান্ত অসত্যবাদী লোভী দাম্ভিক, ইহাদিগকে বাদ দিয়া শান্ত শিষ্ট ঈশ্বরনিষ্ঠ গৃহস্থ সদ্‌গুরুর নিকটে দীক্ষিত হইয়া কর্ত্তব্য পথে অগ্রসর হও। প্রাতে শয্যা কৃত্য, শৌচ, যথা কালে সন্ধ্যা, সংক্ষিপ্ত পূজা, ভূতশুদ্ধি, প্রাণায়াম গুরু দেব ও দ্বিজে ভক্তি কর, তবেই সুস্থ দীর্ঘজীবী হইতে পারিবে।

এখনকার বিলাসী ধনিগণ চিংড়িমাছ ঘৃতে ভাজাইয়া উপাদেয় ব্যঞ্জন প্রস্তুত করান, ছানার ডাল্‌না করান, অন্যান্য ব্যঞ্জনে দুগ্ধ মিশ্রিত করিয়া সুস্বাদু করান, আবার অনেকে দুধ্ মাখা ভাত মাছ দিয়া খান। কিন্তু তাঁহারা জানেন না যে মৎস্যে ঘৃত সংযোগ, ছানায় ও দুগ্ধে লবণ সংযোগ, এবংমৎস্যে দুগ্ধ সংযোগে বিষ উৎপন্ন হয়। এই জাতীয় ম্লেচ্ছাহার হিন্দুর শরীরে কখনই স্বাস্থ্য সাধন করিতে পারে না, উহা শাস্ত্র ও লোক বিরুদ্ধ। এই জাতীয় ম্লেচ্ছাচারই যে হিন্দুর "পেলেগ" এবং "বেরি বেরি" ইত্যাদি নূতন ম্লেচ্ছ রোগের কারণ নহে, ইহা কেহ শাস্ত্র যুক্তিদ্বারা বুঝাইয়া দিতে পারেন কি? অনেক হিন্দুর সন্তানই নিষিদ্ধ ম্লেচ্ছদেশে গিয়াছে, স্বধর্ম্ম সদাচার ছাড়িয়াছে কেহ রেঙ্‌লার, কেহ ডাক্তার, কেহ বা বারিষ্টার হইয়াছে, সত্যবাদী ও দয়াদি সদ্‌গুণে ভূষিত ও জিতেন্দ্রিয় হইয়াও তন্মধ্যে একজনও সুস্থশরীর দীর্ঘজীবী হইয়াছে দেখাইতে পারেন কি? শাস্ত্রের সকল অনুশাসনে সাশনের কারণ সহজ বোধ্য নহে, কিন্তু সেই আদেশ মত চলার উপকারিতা প্রত্যক্ষ সিদ্ধ। ঘড়িতে নিয়মিত সময় দম দিলে উহা অনেক দিন ভাল অবস্থায় চলে আর অনিয়মিত ভাবে দম দিলে শীঘ্রই খারাপ হইয়া যায়— এই সম্মান পরিক্ষা লব্ধ জ্ঞান লোকে কারণ অনুন্ধান না করিয়া মানিয়া

চলা উচিত। অতএব এই বৃদ্ধ ব্রাহ্মণ অতি বিনয়ে বলিতেছে যে, শাস্ত্রানুযায়ী ভোজন, ভোজনোত্তর কর্ম্ম, ইত্যাদি অনুষ্ঠান কর, ইহাতে অর্থব্যয় নাই, বরং ব্যয়ের অল্পতাই হইবে, পরীক্ষা করিয়া দেখ, ছয় মাসেই ইহার সৎফল প্রত্যক্ষ করিতে পারিবে। ইহার দৃষ্টান্ত নিষ্ঠাবান্ কতিপয় ব্রাহ্মণকে দেখ। এরূপ শাস্ত্র সঙ্গত সদাচার মানিয়া চলিলে সংবৎসরে বলিষ্ঠ নীরোগ দেব-শরীর হইবে। ষাট্‌বৎসর বয়সেও চল্লিশ বৎসরের মত দেখাইবে, দেহ সবল, কষ্টক্ষম, শ্রমসাহিষ্ণু, কান্তিমান্ হইবে, সদা মনপ্রফুল্ল হইবে, হৃদয়ে অপূর্ব্ব আনন্দ পাইবে। উদরাময় ও শিরঃপীড়া কিরূপ তাহা জানিতে হইবে না, সাত্ত্বিক বলের সহিত সাত্ত্বিক প্রবৃত্তি জন্মিবে, গ্রন্থি বাত অপসারিত হইবে, আহারের শক্তি বৃদ্ধি পাইবে। ইচ্ছা করিলে ১০৮ বা ১২০ বৎসর অনায়াসে বাঁচিতে পারিবে। জন্মভূমির উন্নতি সাধন করিবে, দেশ আনন্দে ও নির্ম্মল যশে প্লাবিত হইবে, অন্তে নন্দন কাননের সমীরণ সেবনে মানব জীবন সফল করিবে। *

---

* এই গ্রন্থে প্রসঙ্গতঃ যে কিঞ্চিৎ অনুষ্ঠানের বিষয় উল্লেখ করা হইয়াছে, তাহা ব্রাহ্মণের সম্বন্ধে, তদ্ভিন্ন ক্ষত্রিয়াদির অনুষ্ঠান নিজ নিজ গুরু পুরোহিতের নিকটে জ্ঞাতব্য।